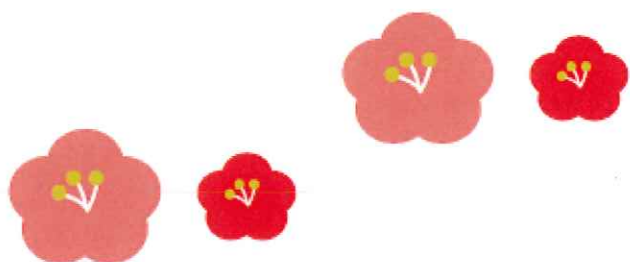




# 1月いちおしメニュー 松風焼き

1月10日(水)お昼のメニューです。



## お正月料理の縁起物の一つ

茅のかぜや  
「松風焼き」は表面にだけ、けしの  
実をまぶし、裏には何も無い状態  
のものであることから、【裏のな  
い、隠し事のない正直な生き方が  
できるように】という意味が込めら  
れています。

園では、けしの実の代わりに  
白ゴマを使用しています。



けしの実



1月のいちおしメニュー

松風焼き



### 材料 (大人4人分)

鶏ももひき肉 150g	砂糖 大1
玉ねぎ 150g	酒 大1
卵 1個	みそ 小1
パン粉 15g	生姜のすりおろし 少々
醤油 大1.5	白ごま 適量
みりん 大2	

### 作り方

- ⑤ 玉ねぎはみじん切り。
- ⑥ ボールに①の玉ねぎと、白ごま以外のすべてを入れよくこねる
- ⑦ 天板にクッキングシートを敷き②の具を置き、厚さ2cmほどに広げ、表面を平らにし白ごまをふる。オーブン200℃、20分ほど焼く。  
(焼き上がりはオーブンによるので調整をする。串をさし、透明な肉汁がでたらOK)
- ⑧ ある程度さめたら食べやすい大きさに切ってでき上がり

