

# キムチチャーハン



ピリツとした辛さの中にうまみがたっぷり  
つつい食がすすみます  
主食部門で大人気のメニューです

材料(4人分)  
ご飯 800g  
キムチ 150g  
葉ねぎ 1/2束  
ひき肉 100g  
たまご 2個

調味料  
ラード 適量  
ごま油 適量  
塩 適量  
こしょう 少々  
しょう油 少々

1・葉ねぎは小口に切り  
材料をそろえておく



2・あたためたフライパンにラードを  
ひき、たまごを炒め  
取り上げておく



3・さらにラードをひき  
ひき肉を炒める



4・ご飯とその他の材料を3に  
入れ、ごま油以外の  
調味料で味をととのえる



5・最後に香り付けに  
ごま油をまわし入れたら  
出来上がり



給食ではご飯にうまみとこくを出すために、ラードで生米をよく炒めてから  
とんこつ・とりがらからスープをとり、そのスープを使って鉄釜でご飯を炊きます。  
手間を惜しまず、おいしさにこだわったチャーハンを生徒に提供しています。

## ポイント

たまごは炒めるときに、固まりきらないうちに取り上げましょう  
キムチはお好みで使用量を調節しましょう  
使用するキムチによって、味がまったく違います。調味料は加減をしながら  
気をつけて入れましょう