

## フランクフルトのイタリアン煮 (本巣市学校給食メニュー)

～簡単お弁当のいりどりプラス～

副菜・1人分 198 kcal



### 材料 (4人分)

フランクフルト	160g (3本程度)
玉ねぎ	中 3/4 個
にんじん	中 1/4 本
グリーンピース	20粒
★ケチャップ	大さじ 1/2
★ウスターソース	小さじ 1
★砂糖	大さじ 3/4
★カレー粉	少々
★塩	少々
★こしょう	少々
油	適量

### 作り方

- (1) フランクフルトは1cmの輪切りにします。玉ねぎは1.5cmの角切りにします。にんじんは3mmのイチョウ切りにします。
- (2) ★の調味料を混ぜ合わせておきます。
- (3) フランクフルトを170℃の油で素揚げ(炒めても可)し、油を切っておきます。
- (4) フライパンを温め、油を入れます。玉ねぎ、人参の順に入れ炒めます。
- (5) 野菜に火が通ったら、★の調味料を加え、味を見ながら、塩、こしょう、カレー粉の調節をします。
- (6) (5)に、(2)のフランクフルトとグリーンピースを加え、混ぜ合わせます。

### MEMO

フランクフルト、ウィンナー、ソーセージって何が違うの？

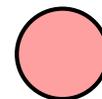
JAS(日本農林規格)によると、太さとケーシング(表皮の部分)に用いる動物の消化器官の種類によって分けられています。



ウィンナーソーセージ  
太さ 20mm未満  
羊腸を使用



フランクフルトソーセージ  
太さ 20mm以上～36mm未満  
豚腸を使用



ボロニアソーセージ  
太さ 36mm以上  
牛腸を使用