

作ってみよう！一中給食レシピ😊

名古屋めし 味噌カツ丼



一中では、受験の前に登場することでお馴染みの味噌カツ丼です。オンライン授業期間の延長により、みんなで食べるのが難しくなってしまったので、レシピを紹介することにしました。

名古屋のご当地料理として有名な味噌カツ。本場では、たっぷりの味噌ダレをカツにかけ、途中ですりごまや練りからしをつけて、味変して食べます。とても簡単にできるので、ぜひ作ってみてくださいね。

【材料（4人分）】

・八丁味噌	大さじ1
・味噌	小さじ1
・みりん	大さじ1・1/4
・酒	小さじ1
・三温糖	大さじ1・1/2
・こいくちしょうゆ	小さじ2
・水	大さじ1・1/2
・ご飯、カツ、キャベツ	お好みの量で4人分

八丁味噌は、豆と塩で作られた
コクのあるお味噌です。
味噌カツや味噌煮込みうどんなど、
名古屋めしには欠かせないのでできない
調味料です。

【作り方】

- ① 2種類の味噌に、少しずつ液体の調味料を加えてよく混ぜる。
- ② ①とその他の調味料と水を全て混ぜ合わせ、弱火にかける。
- ③ 量が8割くらいになるまで、弱火で煮詰める。
- ④ 器にご飯・カツ・キャベツを盛り、味噌ダレをかけて完成。

出来上がりの写真です。
塩分量の関係で、
本場のものよりも量が少な目ですが、
味が濃いため、食べると十分な量です。
たっぷりかけたい時は、
お水を足してください。

