献立名	酢豚	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
豚肉	40	40
しょうが	1	0.8
清酒	0.5	0.5
こいくちしょうゆ	0.5	0.5
かたくり粉	5	5
植物油（揚げ吸油分）3%		1
たまねぎ	25	23.5
にんじん	20	19.4
ピーマン	8	6.8
植物油	1	1
水	25	25
砂糖	2	2
食酢	2	2
トマトケチャップ	3	3
こいくちしょうゆ	2	2
かたくり粉	1	1

下処理及び作り方

＜下処理＞

しょうが　すりおろしてしぼる

豚肉　しょうが汁、清酒、こいくちしょうゆで下味をつける

たまねぎ　角切り

にんじん　厚めのいちょう切りにし、茹でる

ピーマン　角切り

かたくり粉　少量の水で溶く

＜作り方＞

(1)　豚肉にかたくり粉をつけ、植物油で揚げる。

(2)　植物油でにんじん、たまねぎを炒め、水を加えて煮る。ピーマンを加える。

(3)　砂糖、食酢、トマトケチャプ、こいくちしょうゆで調味し、(1)を入れ最後に水溶きかたくり粉を加えとろみをつけて仕上げる。

令和2年度改正