

【小学生の部】 柳井小学校 4年生の作品

優良

## トマトんいため



### 材 料 (4人分)

トマト・・・小1個 (100g)  
キャベツ・・・1/4玉 (250g)  
にんじん・・・1本 (120g)  
ぶたのこま切れ・・・250g  
ごま油・・・大さじ1/2

### 作 り 方

- ①トマト、キャベツは1.5cm角に切る。
- ②にんじんはいちょう切りにして下ゆでする。
- ③ぶた肉は約2cm幅に切る。
- ④フライパンにごま油を熱してぶた肉をいため、次ににんじん、トマト、キャベツをいため、みりとオイスターソースを入れて加熱する。さいごにしょうゆをまわし入れていため合わせる。

### 作品への思い・工夫点

苦手な人が多いトマトをおいしく食べられるように工夫しました。

### 審査員のコメント

トマト感はなく、かくし味となっていました。トマト嫌いの人も食べられそうです。

みりん・・・・・・・・大さじ1  
オイスターソース・大さじ1  
しょうゆ・・・・・・・・大さじ1/2



学校給食賞