

家族想いで賞

家族みんなのためのオリジナル弁当

お弁当の内容

- 豆腐ナゲット
- ごま和え
- レタス&ハムサンド
- れんこんのきんぴら
- チーズはんぺん
- 枝豆
- いちご など



★このお弁当を作った想い

家族それぞれ、父、母は仕事、姉は部活、妹は幼稚園と頑張らないといけないことがあるので、みんなが元気になれる！頑張れる！ような弁当を作り、力になりたいと思ったので作りました。

メインのおかず

【豆腐ナゲット】

材料（4人分）

木綿豆腐	1丁
鶏挽肉（胸肉）	450g
チューブニンニク	小さじ2
チューブしょうが	小さじ2
マヨネーズ	大さじ4
塩こしょう	小さじ1
片栗粉	大さじ3
薄力粉	適量

作り方

- ① 軽く水を絞った豆腐と挽肉をボウルに入れ、豆腐をつぶすようにして、よく混ぜる。
 - ② ニンニク、しょうが、マヨネーズ、塩こしょう、片栗粉を加え、さらによく混ぜる。
ポイント全体がしっかり混ざるよう、練るように混ぜ込む！
 - ③ 一口サイズにまとめて形を整えたものに薄力粉を軽くまぶし、熱した揚げ油でしっかり揚げる。
- ☆ 中まで火が通り、衣がキレイに色づいたら完成。

★作ってみての感想

豆腐ナゲットなど初めて作ったけど楽しく作れてよかった。家族それぞれの苦手なものは控えてつめた。みんな喜んでくれて笑顔になってくれたのでうれしく、作って良かったなと改めて思った。