



1人分
約**330**kcal

【材料】(4人分)

コッペパン…4個 砂糖…大さじ1½
きな粉…大さじ1½ 塩…少々
粉末茶…小さじ1 揚げ油…適量

【作り方】

- ① ボウルに、きな粉、粉末茶、砂糖、塩を入れて混ぜ合わせる。
- ② 揚げ油を180℃に熱し、パンを入れて約15秒揚げ、ひっくり返して約15秒揚げる。
- ③ ②の油を切り、パン全体に①をふりかける。

👉 アレンジのポイント!

粉末茶増量

お茶を食材として利用する「きなこっ茶揚げパン」。お好みで粉末茶を増量してみてください



アレンジのもとにした学校給食「きなこっ茶揚げパン」

江戸時代に高松藩主であった松平家が、お茶会に用いるために栗林公園の中に茶園を作ったのが、香川県のお茶の始まりだと言われています。4月下旬～5月下旬にかけてとれる新茶は、秋から春にかけて蓄えられた栄養を豊富に含みます。またお茶を食材として利用すると、ビタミンA・E、食物繊維などを効率的に摂取することができます。

給食レシピ提供:香川県栄養教諭・学校栄養職員研究会