

入学式も終わり、新たに1年生13人を迎え入れての初めての秋田北鷹高校家庭クラブのエンジョイクッキングです。今年度もよろしくお願いいたします。



秋田北鷹高校家庭クラブ  
エンジョイクッキング  
**Enjoy!Cooking**

### 材料 (2人分)

- 豚肉 (薄切り豚ロース) ・ 400g
- パン粉 ・ 1/2 カップ
- 薄力粉 ・ 1/3 カップ
- 卵 ・ 1 個
- 塩コショウ ・ 適量
- スライスチーズ ・ 適量
- 漬物 (いぶりがっこ) ・ 適量
- 油 ・ ・ ・ 適量

## 「豚ロースのミルフィーユカツ」



今月の食材  
純 穂 豚

つくりかた

- ①お肉はのばし、スライスチーズとがっこはちょうどいい大きさに切る。
- ②お肉・がっこ・スライスチーズ・お肉の順で重ねる。
- ③形が出来たら塩コショウを振り、冷蔵庫で寝かせる。
- ④③に薄力粉をまぶし、溶き卵に絡めてパン粉をつける。
- ⑤油でじっくり揚げる。
- ⑥揚がったら切り分けて完成。

