

ほん せ かい あじ 本の世界を味わおう

羽咋市学校給食共同調理場



6月23日の給食に登場！

『妖怪アパートの 幽雅な日常』

作：香月 日輪 出版社：講談社

ひとり暮らしの始まりは、妖怪たちのすむ奇妙なアパート。
違う世界や違う価値観があってこそ、世の中はオモシロイ！タ士が高校入
学と同時に始めた、あこがれの下宿生活。幼い頃に両親を事故で亡くし
たため、早く独り立ちをするのが彼の夢。ところがそこには、ちょっと変わ
った、しかし人情味あふれる《住人たち》が暮らしていました。
手首だけのまかない幽霊 るり子さんが作るおいしい料理の中から、タ士
のウエルカムディナーに出された『はちみつトンカツ』を、給食で再現
してみました。



香月さんは、和歌山県生まれ。『ワルガキ、幽霊にびびる！』
で作家デビュー。『妖怪アパートの幽雅な日常』シリーズ（講談
社）をはじめ、『地獄堂霊界通信』シリーズ、『ファンム・アレ
ース』シリーズ、『僕とおじいちゃんと魔法の塔』シリーズなど
があります。

『妖怪アパートの幽雅な日常』より はちみつトンカツ

< 材料（4人分） >

豚ロース肉（50gに切ったもの）	4枚	《ソース》	
塩・こしょう	適量	中濃ソース	小さじ2
はちみつ	小さじ2	ケチャップ	小さじ1
米粉	大さじ1/2	粒マスタード	小さじ1/2
小麦粉	大さじ2		
たまご	1/4個		
パン粉	40g		
揚げ油	適量		

はちみつには、
お肉をやわらかくする
効果があります♪



< 作り方 >

- ① 豚肉は塩・こしょうをふり、両面にはちみつをぬっておく。
★ぬりにくい場合は、豚肉とはちみつをビニール袋に入れて、もみ込んでよいです。
- ② 小麦粉とたまごを混ぜ合わせて、バター液を作る。固い場合は、水（分量外）を少しずつ加えてのばす。
- ③ ①の豚肉に、米粉をうすくつけ、②のバター液に通して、パン粉をしっかりとつける。
- ④ 180℃に温めた揚げ油に入れ、きつね色になる★まで揚げる。
★はちみつを入れているため、普通のトンカツより焦げやすい傾向があります。肉に厚みがある場合は、油の温度を少し下げて、じっくり揚げるとよいです。
- ⑤ 《ソース》の材料を混ぜ合わせておく。
- ⑥ ④のカツに、⑤のソースをかけて、いただきます！