

作ってみよう!

おうちで 給食レシピ

じゃがまるくん



.....

外はサクサク、中はホクホク食感の、大人気メニューです。じゃがいもをつぶすのが少し大変ですが、ぜひ挑戦してみてください。

.....

材料	5人分(中学年)※	目安量※	切り方・下処理
じゃがいも	450	4～5個	皮をむき、一口大に切る
チーズ	80	ひとつまみ	
塩	1		
こしょう	少々		
でん粉	12		
鶏卵	20	1/2個弱	
でん粉(衣)	適量		
揚げ油			

※大量調理の分量のため、ご家庭で作る場合は調整が必要な場合があります。

作り方

- ① 一口大に切ったじゃがいもは、蒸して熱いうちにつぶす。
- ② ①に、カッコ内の材料をまぜ合わせる。
- ③ ②を小判型に形作る。
- ④ でん粉をまぶし、油でこんがり揚げあげる。

