



作ってみよう!

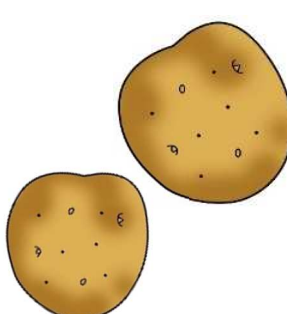
おうちで給食レシピ

★じゃが丸君★



給食の人気メニュー

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 g(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、油でこんがり揚げると揚げる。

