じゃがまるくん

【　材 料　】　４人分

	〈目安量〉	〈切り方〉
・ じゃがいも	200g	蒸してつぶす
・ 牛乳	40g	
・ チーズ	20g	5㎜角
・ 塩	0.3g	
・ こしょう	少々	
・ 片栗粉	10g	
・ 片栗粉（衣用）	12g	



【　作 り 方　】

① じゃがいもは皮をむき、蒸してつぶす。

② ①と角切りにしたチーズ、塩、こしょう、片栗粉を入れてよく混ぜて生地をつくる。牛乳は固さを見ながら入れる。

③ 食べやすい大きさに丸める。（１人２個くらい）

④ 衣用の片栗粉をまぶして、きつね色になるくらいまで油で揚げる。

じゃがいもとチーズの組み合わせで食べやすく、
子どもたちに大人気のメニューです。

区公式HPで
順次公開！