

# のり豆ポテトレシピ

給食のレシピをご家庭用にアレンジしています。

## 【材料(1人分)】

- ・水煮大豆 30g
- ・じゃがいも 50g
- ・片栗粉 3g
- ・揚げ油 適量
- ・食塩 0.2g
- ・こしょう 0.01g
- ・青のり 0.2g



## 【作り方】

- ① 水煮大豆の水気をきり、片栗粉をまぶす。
- ② じゃがいもを小さく切る。
- ③ 揚げ油を170℃にあたためる。
- ④ じゃがいもを素揚げにする。
- ⑤ 大豆を油で揚げる。
- ⑥ ボウルにじゃがいも、大豆を入れ、塩、こしょう、青のりを入れて和える。