

給食レシピ紹介



2022年3月15日（火） プーティン風チーズポテト

※分量は、中学生1人分の量です。

材料	分量(g)	下処理・切り方
じゃがいも	60	さいのめ(15×15)に切って水にさらしておく
冷凍コーン	6	
無塩バター	1.2	
伯方の塩	0.36	
白こしょう	適量	
シュレッドチーズ	6	
パセリ	0.3	みじん切りにする

【作り方】

- ① 鍋にじゃがいもを入れて、少し硬めにゆでる。
- ② じゃがいもをゆでている間に、フライパンにバターを入れコーンを炒める。
- ③ じゃがいもがゆで上がったら、お湯を切って②に入れ、混ぜ合わせ、塩・こしょうする。
- ④ ③にシュレッドチーズを入れ、パセリをふり入れ、まんべんなくさっくりと混ぜ合わせる。

<ポイント！>

- ・給食センターでは、作業工程の都合上、じゃがいもは冷凍のダイスポテトを蒸して使用しました。生のじゃがいもから作る時には、ゆで加減・煮崩れ具合はお好みで良いと思います。
- ・コーンは缶詰のものを使用しても良いです。
- ・チーズの塩分もありますので、塩加減は、お好みで調整してください。

<プーティンとは・・・>

- ・カナダ全土で親しまれているファストフードです。フライドポテトにチーズとグレイビーソース（肉汁・小麦粉・ワインなどを煮込んだソース）をかけたものです。
- ・ご家庭で作る時には、じゃがいもを太めの短冊切りにして油で揚げ（オーブンで20～30分焼いても良いです）、チーズをのせ、アツアツのグレイビーソース（市販のものもあります）をかけます。

お好みで、塩こしょう、パセリをふってお召し上がりください。