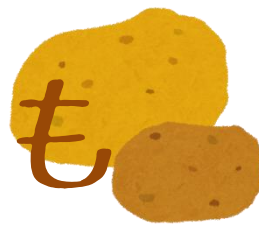


じゃがいも



ジャガイモの種類と特徴に合った料理



| | | |
|----------|-------------------|---|
| 男爵イモ | 粉フキ芋、マッシュポテト、コロッケ |  |
| メークイン | スープ、炒め物、おでん |  |
| 十勝コガネ | フライ、長期保存用 |  |
| とうや | 肉じゃが、カレー、炒め物 |  |
| インカのめざめ | 洋風料理、蒸し芋、フライ |  |
| キタアカリ | サラダ、コロッケ、じゃがバター |  |
| シャドークイーン | サラダ、チップス |  |
| ノーザンルビー | サラダ、スープ |  |

ニヨッキ

☆つくりかた☆ (2人前)



好みの食感を見つけよう!

じゃがいも(2個)は皮をむいて1cm幅に切る。鍋にじゃがいもが浸るくらいの水を入れ、煮立ったら弱火で10分程柔らかくなるまで茹で、熱いうちにつぶす。

薄力粉 or 強力粉(100g)、オリーブオイル(大さじ1)、塩(小さじ1/2)を加えて、よくこねる。

まとまったら成型する。フォークを押し付けて模様をつける。

鍋にたっぷりのお湯を用意して中火で茹で、浮いてきたらそのまま2分茹で、ざるにあげて水気をきる。

お好みのパスタの味付けをしたら完成です。

1. 薄力粉と強力粉のどちらを使用するかで食感が大きく違う

薄力粉 = 柔らか食感

強力粉 = 弾力のあるもちもち食感

2. 使うジャガイモの種類によって食感が変わる

男爵イモ = ほろほろ

メークイン = もちもち

でんぷんの含有量が多いほど

もちもちにしやすい!