

じゃがいものチヂミとタコポテトサラダ

東野小学校5年 國竹 康汰



アピール ポイント



「じゃがいものチヂミ」はかみごたえがあっておいしかったです。「タコポテトサラダ」は夏に食べるのには、よく合っています。似た材料で二つ作れます。

材料（4人分）と切り方等

【チヂミの材料】

じゃがいも…… 4個 すりおろす
ゆでだこ……80g 薄切り
たまねぎ…… 1/2個 薄切り
ニラ……… 1/2わ 2cm
ポン酢……… 適量

【ポテトサラダの材料】

じゃがいも…… 2個 1.5cmの角切り
ゆでだこ……80g 薄切り
たまねぎ…… 1/2個 薄切り
きゅうり……… 1本 輪切り
塩……… 少々
ドレッシング……… 適量

*緑の文字は竹原の食材です。

【じゃがいものチヂミ】

- ①すりおろしたじゃがいもに、たまねぎ、ゆでだこ、ニラをまぜ、フライパンで両面をこんがり焼く。
- ②好みでポン酢をつけて完成。

【タコポテトサラダ】

- ①じゃがいもはやわらかくなるまでゆでる。
- ②きゅうりは輪切りにして、塩をふっておく。たまねぎは水にさらしておく。
- ③①②とゆでだこの水気をきって、ボウルに入れて混ぜ、ドレッシングをかける。

- ・2品ともたこの食感がアクセントになっていておいしいです。
- ・たこが全く違う料理に変身しています。

