

野菜ソムリエ Canaco 簡単レシピ

～新じゃがいも～

レンジで簡単もちふわ蒸し

材料（2人分）

新じゃがいも 1個（100g）
長芋 100g
めんつゆ、わさび 各お好み

作り方

- 1 新じゃがいもと長芋は皮をむき、耐熱皿にすりおろしよく混ぜ合わせる
- 2 ふんわりラップをし電子レンジ（600w）で2～3分加熱
- 3 めんつゆをかけ、わさびを添えていただく

新じゃがいもの青のり和え

材料（2人分）

新じゃがいも 1個（100～150g）
バター（オリーブオイル） 5g
青のり、塩 各お好み

作り方

- 1 新じゃがいもは皮ごと一口サイズに切り、かぶるくらいの湯で茹でる
- 2 火が通ったら湯を流し、転がしながら水分を飛ばす
- 3 2にバター、青のり、塩を和える

ハッセルバックポテト

材料（2人分）

新じゃがいも 2個
ベーコン 2枚
とろけるチーズ 2枚
ローズマリー 適量

作り方

- 1 新じゃがいもは割りばしを使い細かく切り込みを入れラップで包み電子レンジ（600w）で2分加熱する
- 2 1を耐熱皿にのせ切り込みにベーコンとチーズ、ローズマリーをはさむ
- 3 トースターでチーズに焼き色がつくまで焼く