



おかず

おうちで作ろう!!
♪学校給食♪

ポテト春巻き



春巻きは、子どもたちに大人気です。春巻きの具のアレンジはいろいろ。今回はポテトサラダを包みました。



材料(1人分)

じゃが芋	35g
チーズ	6g
ハム	6g
パセリ	0.5g
マヨネーズ	5g
塩	少々
こしょう	少々
春巻きの皮	1枚
揚げ油	適量
小麦粉	適量

作り方

- ①じゃが芋は厚めのいちょう切り、チーズは5mm角、ハムは1センチ角、パセリはみじん切りにする。
- ②じゃが芋をゆでてつぶし、塩こしょう・マヨネーズ・チーズ・ハム・パセリを加えて混ぜる。
- ③小麦粉と水を合わせてのりをつくる。
- ④春巻きの皮に②の具をのせて包み、③ののりをつけてとめる。
- ⑤180℃の油できつね色になるまで揚げてできあがり。

さつま芋やかぼちゃと砂糖を混ぜたものを包むとおやつになります。

スティック状に切った魚にしょうゆと酒で下味をつけておいて、チーズと一緒に巻いてもおいしいです。

