

多摩市内農家さんからの愛情♡野菜レシピ



何が入ってる？ 食べてわかるかな？

ころじゃがコロツケ

材料(小16個分量)

甘塩たら	1切れ
酒	少々
じゃがいも	4個
シャドークイン (じゃがいも)	1個
ノーザンルビー (じゃがいも)	1個
塩・こしょう	少々
小麦粉	適宜
卵	適宜
パン粉	適宜
揚げ油	適宜

作り方

- ① 甘塩たらは、耐熱の皿にのせ、酒をふりラップをかけて電子レンジにかけて火を通す。荒熱がとれたら、皮と骨を取り除きほぐす。



甘塩たらが味のポイント！



- ② じゃがいも3種は洗って汚れを落とし、まるごと水から茹でる。竹串が通る程度に茹で上がったらずルにあける。
- ③ 茹であがったじゃがいも3種は、熱いうちに皮をむき、じゃがいもは崩してマッシュ状にする。シャドークインとノーザンルビーは、1cm角程度に切る。

角切りにして食感を残す

- ④ じゃがいも3種と甘塩たらを合わせ、塩・こしょうで調味する。16等分にして丸くまるめる。



角切りじゃがいもを包むように丸める



- ⑤ 小麦粉・溶き卵・パン粉の順にパン粉づけをし、油できつね色に揚げる。



パン粉をつけて揚げるとくずれにくいです。



☆できあがり☆



<色じゃがいも>



左：シャドークイン（紫色）
右：ノーザンルビー（ピンク色）



7月、10～11月頃「いきいき市」で収穫があれば販売しています。



色じゃがいもが手にはいない場合は、さつまいもや里芋などの芋類を入れるとまた違った食感が楽しめます。



魚が苦手な夫がまったく気づかずに完食。

少食の息子がパクパク食べました。「もう1個ちょうだい！」