

大人気！給食レシピ

R5. 10/13（金）給食で登場した大人気の給食レシピ「みそポテト」を紹介します。「みそポテト」は秩父の郷土料理です。給食では、衣に小麦粉と米粉をまぶして揚げました。米粉を使うことで、冷めてもカリッとします。給食では、「カレー南蛮うどん」、「みそポテト」、「白菜の浅漬け」の組み合わせにしました。

みそポテト

☆材料（4人分）

じゃがいも	300g（2個）2～3cm角切り
小麦粉	大さじ3
米粉	大さじ2
水	50cc
揚げ油	適量
白みそ	大さじ1
砂糖	大さじ1と1/2
しょう油	小さじ1/2
水	大さじ1強

☆作り方

- ①みそ～水まで合わせて弱火で加熱し、みそだれをつくる。
- ②じゃがいもは、固めにゆでる。（弱火で5分強）
- ③②のじゃがいもに米粉、でん粉をまぶし、固さをみながら水を混ぜて、天ぷらの衣をつける。
- ④③の揚げたいもに、①のみそタレをかける。
*みそタレは、少量をうすくかける感じでざっくり和える。

※じゃがいもは、レンジで固めに蒸してもOK！です。

