

【作品名】 ミルクポテトとさばの春巻き

ただ なつみ
氏名 多田 なつ美

【材料】 (4人分) 牛乳 550 ml

牛乳	400 ml	セロリ	80 g
米酢	大さじ 2	マヨネーズ	小さじ 5
(カッテージチーズ)	(80 g)	春巻きの皮	8 枚
		油	適量
じゃがいも	250 g		
牛乳	150 ml	付け合わせ	
片栗粉	適量	サラダ菜	4 枚
バター	大さじ 1	ミニトマト	4 個
塩	小さじ 1		
さば缶(水煮)	80 g		

【作り方】

- ① カッテージチーズを作る。鍋に 400 ml の牛乳を入れ、かき混ぜながら約 60℃ に温める。米酢を加え、手早く全体を混ぜ、そのまま置く。
ボウルの上にキッチンペーパーなど敷いたざるをセットし、カッテージチーズをこし取る。
- ② じゃがいもの皮をむき、薄くスライスする。耐熱皿に入れて、600W で 5 分加熱し柔らかくする。
- ③ ②を加熱している間に、セロリの筋を取り、茎はみじん切り、葉は細かく切る。
- ④ じゃがいもをつぶし、牛乳 150 ml とバターを加えて混ぜる。じゃがいもの水分が多く、緩い場合は片栗粉を少しずつ加えて調整する。
- ⑤ ③にさば、カッテージチーズ、マヨネーズを入れ、混ぜる。
- ⑥ 春巻きの皮に④と⑤を包む。これを合計 8 本作る。
- ⑦ 温めた油で⑥をきつね色になるまで揚げる。付け合わせと共に皿に盛りつける。

【ポイント】

さばのくさみを牛乳とじゃがいもで感じにくくし、食べやすくしました。