

【作品名】 じゃがいものニョッキ 海苔のクリームソース

いとう こうき
氏名 井藤 煌稀

【材料】（4人分） 牛乳 400 ml

じゃがいも	180g
強力粉	60g
塩	小さじ1
強力粉（打ち粉）	少々
ニンニク	2カケ（5～7g）
コンソメ	2個
板海苔	3枚
粉チーズ	10g
オリーブオイル	大さじ1

【作り方】

- ① じゃがいもはよく洗い、芽を取りラップにくるみ 1000W で 5 分加熱する。（火が通っているかは、串で確かめ不足の場合、追加加熱）
- ② 火が通ったら皮をむき、ボウルに入れしっかりと潰す。
- ③ 潰したじゃがいもの入ったボウルに強力粉と塩を振るい入れ、まとまるまでよく混ぜる。
- ④ 生地がまとまったらラップをかけて少し休ませる。
- ⑤ ニンニクをみじん切りにし、板海苔はちぎっておく。台に打ち粉をしき、生地を直径 1cm 程度の棒状に伸ばし、2cm 程度の長さにカットし、フォークに押しつけるように成型する。
- ⑥ お湯を沸かし、わかせている間にフライパンにオリーブオイルをひきニンニクを入れ火をかける。ニンニクの香りが出てきたら牛乳を加え、コンソメとちぎった板海苔を入れ、板海苔が溶ける程度に加熱する。
- ⑦ 沸いたらニョッキを塊にならないように湯に入れる。
- ⑧ 浮かんできたニョッキをフライパンのソースの中に入れ、チーズを加えしっかりと絡める。
- ⑨ 皿に盛り付ける。

【ポイント】

お湯の中でニョッキがくっつかないようにして入れる。
クリームソースとニョッキをしっかりと絡める。