

【里の部門】

佳作



【料理名】

じゃが芋の 鯛コロ団子

【材料】（2人分）

【作り方】

じゃが芋	小4個
鯛切り身	10切れ
白菜キムチ	大さじ3
片栗粉	適宜
揚げ油	適宜
塩・こしょう	少々
酒	少々

- ①じゃが芋は皮をむき、塩を入れて串が通る位までゆでる。熱い内につぶして、6個に丸める。
- ②鯛の切り身を1cm角に切り、塩・こしょう・酒少々をふりかけ、10分位休ませる。
- ③鯛を電子レンジで3分程度加熱し、刻んだキムチと混ぜ合わせる。
- ④①のじゃが芋で③を包み、片栗粉をよくつけて、170℃の油で揚げる。

【地場産物】じゃが芋、鯛

【氏名（ペンネーム）】 山崎 優子

【ヘルシーアピール】

遊子のじゃが芋を使い、子どものおやつに良いと思います。熱々のうちに食べれば格別です。鯛とキムチのとり合わせも以外とおいしいです。