



おいしく・健康的に 食べよう
Kitchen Smile
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



スライスベーコンを味わおう！ いももちのベーコン巻き



一人あたりのエネルギー	食塩相当量	調理時間
340kcal	1.3g	約15分

この表示値は目安です

■材料（2人分）

えびの高原 スライスベーコン・・・1パック
じゃがいも（男爵）・・・・・・・・300g
ナチュラルチーズ・・・・・・・・25g
薄力粉・・・・・・・・大さじ1/2
A 有塩バター・・・・・・・・20g
片栗粉・・・・・・・・大さじ2
塩・・・・・・・・少々
こしょう・・・・・・・・少々
ミニトマト・・・・・・・・3個
パセリ・・・・・・・・適量
粗挽き黒こしょう・・・・・・・・少々

■作り方

- ① チーズは4等分に切る
- ② じゃがいもは皮を剥いてひと口大に切り、耐熱容器に入れて600Wの電子レンジで5分程度加熱し、あたたかいうちによくつぶしておく
- ③ ②にAを加えてなめらかになるまで混ぜ、4等分にする
- ④ ③で①をひとつずつ包むようにしながら楕円に成型し、同様に計4個作る
- ⑤ ④の全体に薄力粉をまぶし、ベーコンをきつめに巻き、巻き終わりに薄力粉をまぶして着ける
- ⑥ フライパンに⑤を並べ、両面にこんがり焼き目がつくまで焼く
- ⑦ 皿に⑥、ミニトマト、パセリを盛り付け、黒こしょうを散らす

cooking memo