

じゃがいも



加熱調理して食べられる食材で、煮物、揚げ物、スープ、焼き物などにとっても合います。茹でてポテトサラダなどにも最適です。



お料理ママさん

※写真はイメージです。

使ったのは
この商品!



特設サイトは
こちら!



バジルポテトのローストビーフタワー

調理時間
15分

1人分
約450kcal

バジルポテトのローストビーフタワー

調理時間

15分

1人分

約450kcal

【材料/2人分】

じゃがいも	2個
グリーンアスパラガス	4本
黄パプリカ	1/4個
ローストビーフ	12切れ
牛乳	50cc
塩	少々
キューピー Italiante バジルソース	大さじ3
半熟たまご	1個

【作り方】

- ①じゃがいもは洗った後ぬれたまま、乾いたクッキングペーパーで包み、ラップをふんわりかけ、レンジ(500W)で約6分30秒加熱し、皮をむいて熱いうちにフォークなどでつぶす。粗熱がとれたら、「キューピー Italiante バジルソース」大さじ1と牛乳を加えて和える。
- ②グリーンアスパラガスはピーラーで下半分の皮をむいて4等分にし、塩を加えた熱湯でゆでて、水にとって水気をきる。黄パプリカは5mm幅に切る。
- ③器に①を山の形に盛りつけ、ローストビーフを巻きつけ、中央に半熟たまごをのせる。
- ④③のまわりに②を盛りつけ、残りの「キューピー Italiante バジルソース」をかける。