

チカラ

新じゃがいもの力



2月頃から初夏にかけて出荷され、通常のじゃがいもより水分やビタミンCが多いのが特徴です。皮が薄いので剥かずそのまま調理してもよいでしょう。



※写真はイメージです。

使ったのは
この商品!



Wトマトの新じゃがチーズ焼き

調理時間
10分

1人分
312kcal

Wトマトの新じゃがチーズ焼き

調理時間

10分

1人分

312kcal

【材料/3人前】

カゴメ ジャガチーズ焼……………1袋
新じゃが……………300g
トマト……………2個
ベビーリーフ……………1袋
牛ひき肉……………150g
溶けるスライスチーズ……………50g
サラダ油……………小さじ1

【作り方】

- ①新じゃがはよく洗って芽を取り除き、皮つきのままラップに1個ずつ包み、電子レンジで加熱し、皮つきのまま半分に切り、約1cm幅に切る。※加熱目安2〜3個(約300g)を600Wで約5分(500Wで約6分)。竹串がすっと通らないときは、加熱時間を延長し、30秒ごとに様子を見る。
- ②トマトは1個を8等分に切る。
- ③フライパンに油を熱し、ひき肉を炒め、色が変わったら①②を加える。
- ④「カゴメ ジャガチーズ焼」を加え炒め合わせ、チーズをのせ蓋をして、チーズをとかす。
- ⑤皿に盛り、水洗いしたベビーリーフを飾る。