

ROSEN'S RECIPE  
ローゼンおすすめメニュー

マッシュポテトにデミグラマトソースが最高の組み合わせ♪

# ポークストロガノフの ふわとろマッシュポテト

調理時間

20分

1人分

576kcal



※写真はイメージです。

春の旬食材



がんばる農家応援団  
じゃがいも※



豚肉

+

使ったのはコレ!



デルモンテ  
完熟カットトマト



つくり方動画を  
配信中!

《レシピ考案》  
Goo Goo Foo  
フードクリエイター  
堀池 美由紀



# ポークストロガノフのふわとろマッシュポテト

## 材料/2人分

たまねぎ・・・・・・・・・・1/2個  
マッシュルーム・・・・・・・・1パック  
にんにく・・・・・・・・・・1かけ  
豚肩肉・・・・・・・・・・200g  
塩こしょう・・・・・・・・・・少々  
薄力粉・・・・・・・・・・大さじ1  
サラダ油・・・・・・・・・・大さじ2  
デルモンテ 完熟カットトマト・・1/2パック  
水・・・・・・・・・・70ml  
ケチャップ・中濃ソース・・各大さじ1  
バター・・・・・・・・・・10g  
刻みパセリ(お好み)・・・・・・・・適宜

## 【ふわとろ・マッシュポテト】

がんばる農家応援団 ジャがいも※・・大2個  
牛乳・・・・・・・・・・1/2カップ  
塩・・・・・・・・・・小さじ1/2  
白こしょう・・・・・・・・・・少々  
バター・・・・・・・・・・10g

※がんばる農家応援団の野菜は時期・店舗によって取り扱いがない場合がございます。

## 作り方

- ①がんばる農家応援団 ジャがいもは皮をむき、4つ割にし、ひたひたの水(水1ℓあたり塩小さじ1/分量外)に加え、柔らかくなるまで煮て、粉ふきいもにし、バター、牛乳、塩、白こしょうを加えてハンドブレンダーにかける。
- ②たまねぎ、マッシュルームは薄切り、にんにくはみじん切り、豚肉は三等分に切り、塩こしょう、薄力粉をまぶす。
- ③フライパンにサラダ油を入れ、②のたまねぎ、にんにく、マッシュルームを炒める。たまねぎが透き通ってきたら、②の豚肉を加え、軽く焼色がつくまで炒める。
- ④③に、「デルモンテ 完熟カットトマト」、水、ケチャップ、ソースを加え、蓋をして5分煮る。仕上げにバターを加える。
- ⑤皿に、①のマッシュポテト、④を盛り、刻みパセリを散らす。