



提供者：小沢 丸美 様(須走地区)

提供月：平成23年11月



第3回小山町絆を感じる料理コンテスト 銀賞受賞作品

## お菓子なポテト



### <絆のアピール文>

今回で3回目の応募で、子どもや家族に美味しい料理を作るのが楽しみで、食がこんなに家族の絆を深めてくれるとは思いませんでした。小学生の娘2人が学校から帰ってくると「ねえお母さん。今日のおやつは何？」が日課です。しかし夏休みに入ると「一緒に手伝っていい？」「自分たちで作っていい？」に変わります。娘たちの成長を“嬉しい”と思う反面、少し“寂しさ”も……。最近では、もうすぐ3歳になる長男も参加したがるようになりました。「3人仲良く」とはいきませんが、料理をする姿を見ていると、微笑ましい私達（夫婦）です。じゃがいもは栄養価もあり腹持ちも良いです。子どもたちと一緒に何かできるこのコンテストを毎年楽しみにしています。



◎印は、「地場産食材」

材 料 名	分量（4人分）	作 り 方
<プレーン>		
◎じゃがいも	300g（正味）	①洗ったじゃがいもに軽く切り目（縦横1周グルッと）を入れて、ラップに包んでレンジ（500W）に片面3分ずつかける。 ②（レンジでじゃがいもを加熱する間）別のボウルで、卵白（メレンゲ）と卵黄を分け、泡立てる。 卵白は角が立つくらいまで泡立てたら、砂糖を加える。 卵黄は白っぽくなるまで混ぜたら、砂糖と牛乳を加える。 ③①のじゃがいもの皮をむき、ボウルでしっかりつぶし、バターを加える。 ※多少熱い方がバターが溶けやすい。豆腐も加えてつぶして混ぜる。 ④③を3つのボウル等に分け、②も3等分する。 ⑤ココア味は③か④で加えて混ぜておく。 ⑥メレンゲをつぶさないように底からすくうように混ぜながら合わせる。 ⑦マフィン型に流込み、トッピングする。 ⑧180℃の予熱のオーブンで25～30分程焼く。
砂糖	卵黄用 50g 卵白用 30g	
卵（卵黄2コ分） （卵白別立て）	2コ	
◎豆腐（水切りなし）	50g	
◎牛乳	30c c	
<ココア（味）> ※加糖のもの	大1	
<キッシュ風>		
ハム	1枚	
チーズ（とろけるピザ用）	1カップにつき1つまみ	
◎枝豆	1カップにつき3～5粒	