

^{しん}
∞ 新じゃがのフライ 

< 4~5にんぶん > ひとり 2くし

^{しん}
新じゃがいも ... 8~10コ

ぶたローヌうすぎり ... 150g

パンコ

こむぎこ

みそ

パセリ

ソース

たけのこ

< つくりかた >

1. ざいりょうのしたごしぐえ

2. ころもをつける

3. あげる

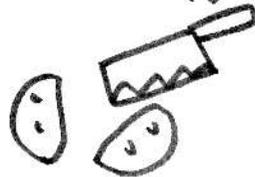
4. もりつけ

1. ざいりょうのしたごしらえ

じゃがいも ... よくあらう

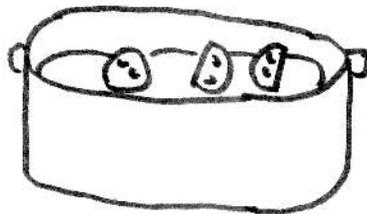


かわつきのまま
はんぶんにする

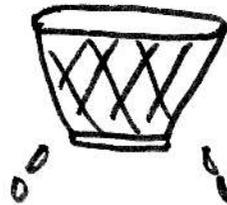


ゆでる

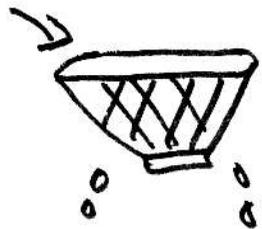
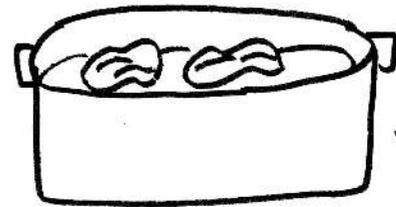
スーとよくじゃがさせるまで



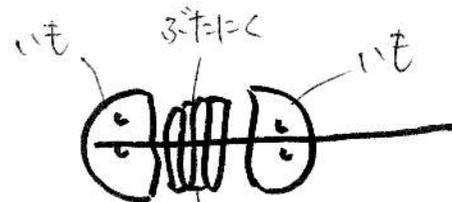
ザルにあげる



ふたにく ... ゆでる



たけぐしにさす



じゃがいものおおきさにあわせてね

2. ころもをつける

たまごはつかいません

①

こむぎこ 1/2カップ
+
みず 1/2カップ



②

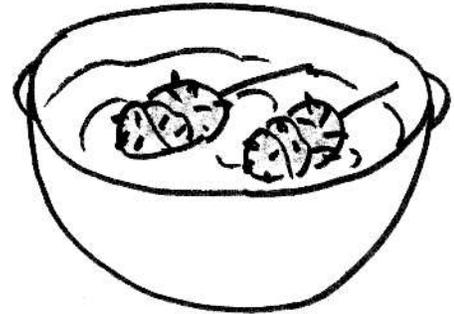
パンコ



3. あげる

180°C

し



あ

ころもがカリッとあつばOK.

もりかけ

