



副菜

藤色ポテトサラダ



材料（4人分）

- | | |
|----------|-----------------------------|
| ・ 紫じゃがいも | Mサイズ ¹ 1/2個(50g) |
| ・ じゃがいも | Mサイズ ² 2個(200g) |
| ・ 人参 | 20g |
| ・ きゅうり | 30g |
| ・ マヨネーズ | 適量 |

< 作り方 >

- ① じゃがいもと紫じゃがいもは2cm角程度、人参はいちょう切り、きゅうりは輪切りにする。
- ② 鍋に湯をわかして、人参、きゅうりをそれぞれ茹でてから、冷ます。
※給食では加熱調理が必要なのできゅうりも茹でていますが、軽く塩もみをするだけでも大丈夫です。
- ③ じゃがいもと紫じゃがいもは蒸す。
(または耐熱ボールにじゃがいもと水を少々入れて、電子レンジで600W4分程度加熱する。) 竹串が通るくらいになったら、取り出して冷ます。
- ④ 材料を合わせて、マヨネーズを混ぜて出来上がり。

ポイント

- ・ 紫じゃがいもの色素は、茹でると水に溶け出してしまうため、蒸したほうが紫色を鮮やかに残して仕上げることができます。
- ・ 給食では作業の都合上、紫じゃがいもの使用量が少なくなっていますが、お好みでじゃがいもとの割合を変更して作ってみてください。