レシピ紹介

社会福祉法人
虹福祉会
瀬戸保育所

旬の新じゃが・新玉ねぎを使用したコロッケは、今しか出来ないおいしさです。
ぜひお家でも新じゃが・新玉ねぎを使用して作ってみてください☆

コロッケ

＜材料　４人分＞

牛ひき肉	１２０ｇ	キャベツ	中１／４個
豚ひき肉	８０ｇ	ウスターソース	大さじ1
玉葱	１／３個	ケチャップ	大さじ1
じゃが芋	３個		
塩・こしょう	各少々		
小麦粉	大さじ３		
卵	１個		
パン粉	カップ１と1/2		
油	適量		

＜作り方＞
①じゃが芋は茹でて、熱いうちにつぶしておく。玉葱はみじん切りにする。
②玉葱を炒め、ひき肉を加えてさらに炒める。
③じゃが芋に②を加えて混ぜ合わせ、塩・こしょうで味を整える。
④③を好みの形に整え、小麦粉、溶き卵、パン粉の順につけて、油で揚げる。
⑤キャベツはせん切りにする。
⑥ウスターソース、ケチャップを混ぜ合わせて、コロッケに添える。

カレー粉を加えてカレー味にしたり、
余った肉じゃがをコロッケにしても
おいしいですよ☆