

＜じゃが丸揚げ＞		
食材名	分量 (g)	作り方
	6個分	
「じゃがいも	540	〈下準備〉
塩	2.6	じゃがいもは乱切りにし、しょうがはすりおろす。
スキムミルク	12	〈作り方〉
「片栗粉	18	1. 油としょうがを入れ、火をつけ、弱火にする。香りが出たらひき肉を入れ、よく炒める。さとうしょうゆで調味し、
サラダ油	少々	
豚ひき肉	90	水溶き片栗粉でとろみをつけ、冷ましておく。
しょうが	4	2. じゃがいもをよく蒸して、塩、スキムミルク、片栗粉を入れて、つぶしながら練り、冷ましておく。
しょうゆ	13	
さとう	6	3. 外がわのじゃがいもと、豚肉のあんを6個分に分ける。
「片栗粉	4	4. まんじゅうを作る要領で、じゃがいもで豚肉のあんを固く
「水	12	
揚げ油	適量	5. 170℃の油で揚げる。

#### 【作り方のポイント】

ポテトは丁寧につぶし、なめらかになるように混ぜる。油に入れたあと、しばらくは触らず、きつね色になるまで揚げる。

