

# ポテトチーズパイ

## ◇ポイント

じゃがいもは植物学上、トマトや、ピーマン、ナスと同じナス科の植物です。じゃがいもはインカ帝国を起源とし、江戸時代の日本に伝えられたといわれています。

## ◇材料(4人分)

春巻きの皮	2枚	とろけるチーズ	40g
じゃがいも	中サイズ1個	ケチャップ	適量
バター	20g	バジル	少々
		グラニュー糖	10g



## ◇栄養価 (1人分)

- ・エネルギー 127kcal
- ・脂質 6.7g
- ・たんぱく 2.9g
- ・塩分 0.6g

## ◇作り方

- ① じゃがいもは皮をむき、千切りにしたら、水にさらし、沸騰した湯に入れ、再沸騰するまで茹で、すばやく取り出したら水にさらし、水気を切る。
- ② 春巻きの皮を4つ切りにして広げ、全体にバターとケチャップを塗り、その上にじゃがいもをのせる。さらに、その上にチーズ、グラニュー糖を振り、お好みでバジルを散らす。
- ③ 3つ折りに皮を包み、両端をフォークで止め、熱したフライパンでこんがりと両面を焼く。

提供：日光市農村生活研究グループ協議会