

ポテトたこ焼き



材料（幼児1人分／2個分）

じゃが芋	40 g
片栗粉	5 g
キャベツ	15 g
葱	2 g
干しえび	1 g
人参	5 g
食塩	0.1 g
小麦粉	大さじ2／3
水	大さじ2／3
油	適宜
A 中濃ソース	小さじ1／3
青のり粉	少々

作 り 方

- ① 茹でたキャベツ、葱はみじん切りにする。
- ② じゃが芋は皮をむいて切り、やわらかく茹でてマッシャーでつぶす。
- ③ ②に片栗粉と①、干しえびを加えて混ぜ、2等分にして丸める。
- ④ ボウルに小麦粉と水を入れてよく混ぜ、③をくぐらせて油で揚げる。
- ⑤ ④に中濃ソースを塗り、青のりをかける。

★ ひとくちメモ ★

見た目はたこ焼きなのに、食べるお芋というたのしいおやつです。