

とよひら食育先生ミニセミナー

～～ジャガイモと果実のマリネ～～



レシピ作成:

自家製生パスタと旬菜イタリアン agio(アジオ)
オーナーシェフ古谷たかし氏

～材料～（4～6人分）

- | | |
|-------------|----------------------|
| ・ ジャム（お好みで） | ・ ・ 大さじ2 |
| ・ 酢 | ・ ・ 大さじ3 |
| ・ オリーブオイル | ・ ・ 大さじ6 |
| ・ 塩 | ・ ・ 少々 |
| ・ こしょう | ・ ・ 少々 |
| ・ ジャガイモ | ・ ・ 220g（中くらいの大きさ2個） |
| ・ 酢（ゆでるとき） | ・ ・ 大さじ1 |

～作り方～

1. ボウルにジャム、酢、オリーブオイル、塩、こしょうを入れて混ぜ合わせ、マリネ液を作っておく。
2. ジャガイモの皮をむき、千切りにする。
3. 鍋に水と酢を入れ、中火で加熱する。
4. 3が沸騰したらジャガイモを入れ、中火で10～15分ゆでる。
5. ジャガイモが透き通ってきたら火を止めて湯を切り、1のマリネ液の入ったボウルに入れ、全体をよく混ぜる。

※ 冷蔵庫で1時間以上冷やすと、なおおいしいです。

※ ジャムはオレンジやいちご、ラズベリーなどお好きなジャムでOK。

※ ジャムの代わりに、季節の果物150gくらい（キウイフルーツ、イチゴ、オレンジなど）を使ってもおいしいです。

※ 写真はレタスを敷いた皿に盛り付けています。