



イタリア版「お袋の味」 ポテトのニヨツキ トマトソース添え

ジャガイモの風味を生かして、口溶けやわらかなニヨツキに、さわやかなトマトソースをたっぷり絡めて。

おいしいPOINT

ニヨツキに凹凸模様を付ける時、打ち粉(強力粉)を振れば作業が楽。軟らかいので、ゆで過ぎに注意。

●材料 (4人分)

- ジャガイモ..... 2~3個(約400g[㍉])
- 薄力粉..... 50g[㍉]
- 塩..... ひとつまみ
- 生バジル..... 適宜

ソース

- トマト缶(ホール)..... 1缶(400g[㍉])
- ↳ 固形をつぶす
- ニンニク..... 1片
- 玉ネギ(中)..... 1/2個
- ↳ みじん切りに
- オリーブ油..... 大さじ2
- コンソメの素(固形タイプ)..... 1個
- 乾燥バジル..... 小さじ1
- 塩、コショウ..... 各少々



●作り方

- 1 ジャガイモは皮付きのままゆで、熱いうちに皮をむいてつぶす。ポウルに入れ、薄力粉と塩ひとつまみを加えてよく混ぜ、一口大に丸めてからフォークの背で押さえて凹凸を付ける。
- 2 ソースを作る。フライパンに油とニンニクを入れてヒーター中で熱し、香りが出れば玉ネギを加えて、あめ色になるまで炒める。残りの材料を加え、15分ほど煮詰める。
- 3 塩熱湯で1をゆでる(写真)。2と共に器に盛り、生バジルを添える。



浮けばOK。IHは湯沸きが早く、時短調理にお役立ち