



みそポテト



みそポテトは、秩父地方の郷土料理です。じゃがいもの天ぷらにみそだれをかけたもので、おやつやおつまみとしても定番です。給食でも人気メニューです！

材料(4人分)

- | | |
|-------------|------------------|
| • じゃがいも | 2コ (約300g) (一口大) |
| • 小麦粉 | 大さじ4 |
| • 水 | 大さじ2強 |
| • 揚げ油 | 適量 |
| みそだれ | |
| • みそ | 大さじ2 |
| • 砂糖 | 大さじ2 |
| • しょうゆ | 小さじ1/2 |
| • 水 | 大さじ1 |

作り方

- ① 小麦粉と水で衣をつくり、じゃがいもにつけて揚げる。
- ② みそ、砂糖、しょうゆ、水を合わせて加熱し、みそだれをつくる。
- ③ ①に②をかける。

※ 給食では、みそだれを和えましたが、秩父地方のみそポテトは、みそだれをかけることが多いです。

※ 衣に卵を20g程度混ぜるとふっくらと仕上がり、おすすめです。その場合は、水を大さじ1弱に減らしてください。

分量は、小学生6年生分量4人分で記載しています。
必要に応じて量を調整してつくってみてください♪

