

茹でじゃが芋のかんたん料理

なべにじゃがいもと水を入れ煮る。

沸騰して5分経ったら、火をとめなべを新聞紙・毛布でくるんで30分くらい置いておく。

じゃがいもは、70度以上で火が通るので余熱で十分加熱できます。

ゆでじゃがいもがあれば、いろいろなお料理がかんたんにできます。

◎手で簡単に皮がむける

◎火が通っているので、調理時間が短くてすむ。

<じゃがバター>

(作り方)

茹でじゃがいもを適当な大きさにカットし、バターをのせて電子レンジで加熱する。

<ポテトサラダ>

茹でじゃがいもを小さく切り（またはつぶして）きゅうりやハム・コーン・マヨネーズで和える。

<カリカリポテト>

茹でじゃがいもを適当な大きさに切り、油をしいたフライパンにのせ、カリカリになるまで焼き、塩コショウで味を整える。

お好みで、青のり・カレー粉をかける。