



～おいしいふくい食べきり運動～

ポタージュは豚バラ肉をコンフィに仕込んだ時のスープを使って旨味たっぷり。ソテーは豚バラ肉に小麦粉をつけて焼くので、表面はカリッと肉はモチつとやわらかく仕上がります。じゃがいもも表面はカリッと中はホクホクした食感に。

じゃがいもの ポタージュ

★レシピ提供
ピストロ シャルム
村田 勝俊さん



材料・2人分

| | |
|-----------------------|-------|
| じゃがいも (蒸したもの) | 2個 |
| 豚バラ肉をコンフィにしたときのスープ .. | 500cc |
| 牛乳 | 500cc |
| 玉ねぎ (蒸したもの) | 1個 |
| バター | 50g |

作り方

- じゃがいも、玉ねぎは1~2cm程度の大きさに切る。
- ミキサーに①とスープを入れて回す。
- 鍋に②と牛乳を入れて火にかけ、沸騰させる。
- 火を止めバターを加える。

豚バラ肉とじゃがいものソテー 玉ねぎのロースト添え



材料・2人分

| | |
|----------------------------|-----|
| コンフィにした豚バラ肉 (7mmほどに厚さに切って) | 2枚 |
| じゃがいも (7mmほどにスライス) | 1個 |
| 玉ねぎ (皮つきのまま) | 1個 |
| グラニュー糖 | 好みで |
| 小麦粉 | 適量 |
| バルサミコ酢 (ティスペンサーに入れておくと便利) | |

作り方

- 玉ねぎを半分に切って、切り口にひとつまみグラニュー糖をふり、皮つきのまま、オープン(オープントースター)で10分程度焼く。
- じゃがいもと豚バラ肉にまんべんなく小麦粉をまぶす。
- オイルをひいたフライパンで②を中火で焼く。(じゃがいも、肉には火は通っているので、焦げ目がつく程度)
- 右上に①、左上にじゃがいも、中央に豚バラ肉を盛りつける。バルサミコ酢を周りに点々とかける。じゃがいもに塩を少量ふる。

→ ウスター・ソースでもよい

「おいしいふくい食べきり運動」ホームページ

<http://info.pref.fukui.lg.jp/junkan/tabeekiri/>

福井県 食べきり

検索