

◎ ジャガイモの洋風煮物

【材料】（5人分）

ジャガイモ	300g
プチトマト	5個
粗びきソーセージ	小5本
グリーンピース（水煮缶）	40g
酒	1/4カップ
オリーブオイル	小さじ2
カレー粉	小さじ1
塩・胡椒	少々

【作り方】

- ①、ジャガイモは皮を剥き、芽を除いて、4つ割りまたは6つ割りにし、これを水に曝す。
- ②、①を電子レンジで3分加熱（ラップをふんわりかけて）、更にジャガイモの向きを変え3分加熱または蒸す。
- ③、フライパンにオリーブオイルを入れ、中火で熱して②と3個に斜め切りしたソーセージを炒める。
- ④、全体に油が回ったら、酒、カレー粉、ヘタを採ったプチトマトを入れ、最後にグリーンピースを入れる。
- ⑤、塩・胡椒で味を調える。

【メモ】

- ・新ジャガイモを使用するときは、皮付きのまま可能です。
- ・生のグリーンピースを使用するときは、さやから出してさっと湯がいておく。

