



みんなで作ろう！

あおいくんの 旬レシピ

わさびコロッケ と しいたけコロッケ



【材料】(各10個分)

- わさびコロッケ
 - ・わさびの茎 120g、根 10g
 - ・ジャガイモ 500g ・塩・砂糖 各 2.5g
 - ・胡椒・小麦粉・パン粉 適量
- しいたけコロッケ
 - ・干しいたけ 5枚 ・ジャガイモ 500g
 - ・人参 30g ・豚ひき肉 25g
 - ・A(醤油大さじ 1.5、砂糖大さじ 1、みりん・酒各小さじ 2) ・小麦粉・パン粉 適量

【作り方】

●わさびコロッケ

1. わさびの茎を 5 ミリ程度に刻み、塩をふり混ぜラップをして 1 時間ほどおく。根も細かく刻んでおく。
2. 茹でたジャガイモをつぶし、塩・砂糖・胡椒を混ぜる。
3. 1 の茎は塩分を水で洗い流した後、かたく搾る。刻んだ根と一緒に 2 のジャガイモに混ぜて俵型に形成。小麦粉・パン粉をつけ揚げる。

●しいたけコロッケ

1. 干しいたけを水煮する。細かく刻んだ干しいたけを人参、豚肉を炒めAで調味しておく。
2. 茹でたジャガイモをつぶし、1 を混ぜ合わせ小判型に形成。小麦粉・パン粉をつけ揚げる。

【レシピ提供】



食材の風味を生かすために玉ねぎを使わないのがポイント。濃いめの味付けでおやつ感覚で食べられます。

わさびをたくさん入れると、香りが強く個性的な味になります。

玉川地域振興会「玉川浪漫」の皆さん