

平成 20 年 2 月 16 日

## カードを使って 3 回目

素 材： 里芋  
形 状： みじん切り  
加熱方法： 揚げる  
味 付 け： ソース  
香 辛 料： シナモン

ということで里芋は、みじん切りになりにくいのでつぶしてコロッケを作ることにする。

みじん切りの玉ねぎを炒めて牛ひき肉と干しエビの 2 種類のベースで味付ける。



里芋を茹でてつぶしたのに炒めたみじん切りの玉ねぎ・牛ひき肉をまぜる。普通ならそれをフライに揚げるのだが、心配なので牛ひきの分量にだけにシナモンを入れてみた。 実際食べてみると意外にスマートな味となって違和感はなかった。