

料理名		チーズinさつま芋コロッケ&コロコロマセドアンチリサラダソース	
材料名	数量(4人分)	作り方	
コロッケ		(コロッケ)	
○さつま芋	1本(500g程度)	① さつま芋をレンジ等で加熱し、マッシュポテトにする。	
○チーズ(プロセスチーズやモッツアレラなど)	120g程度 (お好みで)	② 長ねぎ、ベーコンをみじん切りにして、油で炒め、塩・こしょうで味付けする。(気持ち濃い目に味付け)	
○長ねぎ	150g程度(2本)	③ ①に②を加え、中にチーズを入れるようにしながら丸める。	
○ベーコン	100g	④ パン粉と黒ごまを合わせておく。	
炒め油	適量	⑤ 天ぷら粉を天ぷらを揚げる時と同じ分量の水で溶いておき、そこに丸めた③をつけて、④をまぶす。(天ぷら粉を使用することで、粉と卵につける作業を省略しています)	
塩・こしょう	適量	⑥ きつね色になるまで揚げる。	
天ぷら粉	適量	(チリサラダソース)	
パン粉	適量	① トマト、きゅうり、なす、たまねぎを1cm角程度の角切りにする。	
黒ごま	適量	② なす、たまねぎは食感を損なわない程度に茹でて、水にさらしてあら熱をとり、軽くしぼっておく。	
揚げ油	適量	③ マヨネーズ・ケチャップ・チリソースを合わせて、①、②と合わせる。	
チリサラダソース		※ソースとコロッケ、別々に食べても、一緒に食べても美味しいです!	
○トマト	100g	備考 <出来上がりイメージ・使用したかながわ産食材について> ・コロッケは中からチーズがトロりと、美味しいです! ・ソースの“マセドアン”とは、フランス語でさいの目切りや角切りをさします。 ・チリソースはケチャップとマヨネーズと合わせる事で子どもも好きなピリ辛ソースになります!	
○きゅうり	100g		
○なす	100g		
○たまねぎ	100g		
マヨネーズ	大さじ3		
ケチャップ	大さじ3		
スイートチリソース	大さじ1と1/2		



○かながわ産食材です。