

カリカリポテト



せん切りにしたじゃがいもをカップに入れて作ります。ご家庭では、小さなグラタン皿などでも代用できます。

《調理のポイント》

中の具が焦げないように、焼き時間や温度を調整してください。

◇材料（4人分）◇

- ツナ缶 40g
- 玉ねぎ 1/3個
- じゃがいも 3個
- マヨネーズ 大さじ2
- 塩 少々
- こしょう 少々
- パン粉 大さじ1.5
- 粉チーズ 大さじ2
- 耐熱紙カップ 4個

◇作り方◇

- ① 玉ねぎとじゃがいもをせん切りにします。
- ② じゃがいもは耐熱ボウルに入れ、ふんわりラップをかけて電子レンジで加熱します。（600Wで1分くらい）
- ③ 油を切ったツナをフライパンに入れ、玉ねぎと一緒に炒めます。
- ④ ②のじゃがいもに、③のツナと玉ねぎを入れ、塩、こしょう、マヨネーズで味付けします。
- ⑤ 紙カップに均等に入れます。
- ⑥ パン粉と粉チーズを上からかけます。
- ⑦ 190℃に余熱したオーブンでこんがりするまで焼きます。（5～10分くらい）