

# じゃがいもガレット

細く切ったじゃがいもを  
おにのみ火焼のように焼きます。

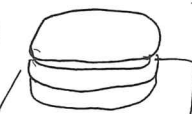
(材料) じゃがいも 2個 (手で軽くつかめる大きさ) フライパン 1枚分

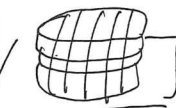
(作り方)  
ピザ用チーズ 60g


① じゃがいもの皮をむきます (2個とも)

ピーラーでも ほうちょうでもOK

②  はしから **5mm** ほどに  
切ります

③  切ったものをうまく  
つみあげて

④  はしから **5mm** ほどに  
切ります

⑤  こんな 細い木棒  
のようになります。

⑥ 中くらいのボウル 用意

⑦ 切ったじゃがいもを全部 入れます


⑧ 片くり米粉 **大さじ 2** を入れます

⑨ よく混ぜます

⑩ ピザ用チーズ を **60g** 入れます

⑪ よく混ぜます

⑫ 米粉のコンソメ を **小さじ 1/2** 入れます

(なければ  → キューブをたたいて  
つぶして下さい)

⑬ カレー米粉 を **小さじ 1** 入れます

⑭ よく混ぜます

⑮ しお を **3** ぶり こしょう を **1** ぶり入れます

⑯ よく混ぜます

⑰ フライパン 用意

⑱ サラダ油 を **大さじ 1** 入れます

⑲ 強火 にかけます

⑳ **30秒** 待ち 中火 にします

㉑ ⑯の じゃがいも を 全部  
入れて まる〜く うす〜く  
広げます

㉒ **5分** 火焼きます

㉓ ひっくりかえして **5分** 火焼きます

でき上り!!