



みそポテト

材料名	1人分	4人分	目安	切り方	作り方
じゃがいも	50.00 g	200.00 g	1.5個		①小麦粉と水を混ぜ合わせ、ドロを作る。 ②切ったじゃがいもをドロにくぐらせ、油で揚げる。 ③Aを混ぜ合わせて、加熱する。 ④揚げたじゃがいもと③のタレを絡める。
小麦粉	5.00 g	20.00 g	大さじ2	} ドロ	
水	5.00 g	20.00 g			
揚げ油			適量		
みそ（赤）	3.70 g	14.80 g	小さじ2.5	} A	
砂糖（三温糖）	4.20 g	16.80 g	大さじ2		
濃口しょうゆ	0.70 g	2.80 g	小さじ1/2		
水	4.00 g	16.00 g	大さじ1		
○ポイント					
<ul style="list-style-type: none">・「みそポテト」は埼玉県秩父地域の郷土料理です。 秩父では『小昼飯（こちゅうはん）』と呼ばれる農作業の合間や小腹がすいたときに食べていたようです。・給食では、埼玉県で作られた大豆を原料にした「彩花みそ」の赤みそを使用しました。白みそでも代用可能です。					