



青のりポテトビーンズ



【材料 8人分】

- ・じゃがいも 1個
- ・大豆水煮 240g
- ・片栗粉 適量
- ・揚げ油 適量
- ・塩 ひとつまみ (1.5g)
- ・青のり 適量



【下準備】

- ・じゃがいもは皮をむいて、1.5 cmくらいの角切りにする。5分くらい水につけた後、水けをきっておく。

【作り方】

- ① じゃがいもは、170℃くらいの油で素揚げする。
- ② 大豆に片栗粉をまぶして、170℃くらいの油で揚げる。
- ③ ①と②と塩、青のりを混ぜ合わせる。



【乾燥大豆で作る場合 乾燥大豆 96g】

1. 大豆を洗って、豆の4倍の容量の水に1晩（約8時間）浸す。
2. そのまま火にかけて茹でる。
3. 途中浮いてくるアクを除く。
4. 常に水が被る状態で茹でる。途中で湯がなくなったら水を足す。

