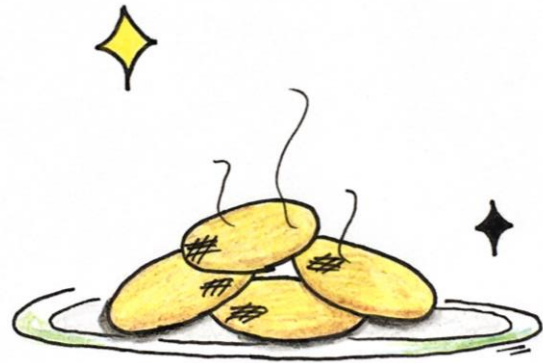
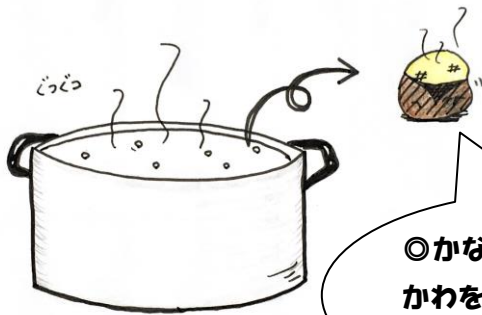


じゃがいものコロッケふう

ざいりょう (5こぶん)	
じゃがいも	300グラム
はくりきこ	20グラム
チーズ	25グラム
塩	てきりょう
こしょう	てきりょう
パンこ	てきりょう
サラダあぶら	てきりょう



①じゃがいもをゆでて、かわをむきます。

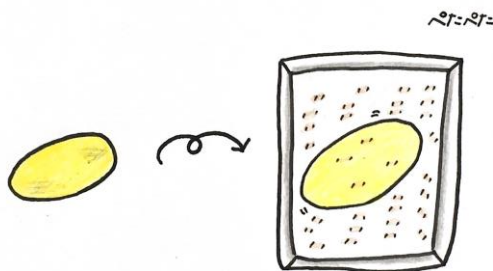


◎かならずさましてから
かわをむきましょう!(や
けどにちゅうい!)

②ゆでて、やわらかくなったじゃがいもをつぶし、
はくりきこ、チーズ、しお、こしょうを
いれてまぜます。



③コロッケのかたちにととのえて、パンこをつけます。 ④サラダあぶらでりょうめんをやいてかんせいです!



やけどちゅうい!!

おこのみで、ソースやケ
チャップをつけてたべると
おいしいですよ♪