

## 【ツノマタのコロッケ】



調理時間 40分

〈 材料 〉 2人前

☆ツノマタ	80g
☆ジャガイモ	3個
☆ひき肉	100g
☆玉ねぎ	1/2個
☆卵	1個
☆パン粉	適量
☆油	適量
☆コンソメ	小さじ1
◇塩・コショウ	少々

〈 作り方 〉

- ①ジャガイモを3cm角に切る。玉ねぎはみじん切りにする。ツノマタを食べやすい大きさに切る。
- ②鍋にじゃがいもを入れヒタヒタになるまで水を入れ竹串がスッと刺さるまで茹でる。アツアツのうちに潰す。ツノマタも茹でておく。
- ③フライパンに油をひき弱火で熱し、玉ねぎを炒める。しんなりしたら中火にし、ひき肉、コンソメを加え炒めて冷ます。
- ④ボウルに②、③、◇を加え混ぜ合わせて4等分にし小判型にする。
- ⑤バットに卵を溶きほぐす。④に溶き卵、パン粉をつける。
- ⑥フライパンの油を中温になるまで熱し、⑤を揚げる。
- ⑦取り出して油をきる。
- ⑧器に盛りつけて、ソースをかけて完成。