



## 『ポテトピッツァ』

周南市産“新じゃがいも”を使用しています。  
ピザ生地に新じゃがいもを使用したことでやわらかく  
食べやすい生地に仕上がっています。

### 【材料】(2人分)

じゃがいも……150g

小麦粉……75g

ベーキングパウダー…小さじ1/2

牛乳……大さじ1.5~2

サラミソーセージ(うす切り)…10枚

しいたけ……80g

チーズ(うす切り)…6枚

A	トマト……1個	バター……6g
	にんにく…1/2片	サラダ油…小さじ1・1/2
	サラダ油…大さじ1/2	塩……小さじ1/8
	ローリエ……1枚	
	パセリみじん切り…小さじ1/2	
	塩……少々	
	こしょう……少々	

### 【1人分の栄養価】

エネルギー:393kcal    たんぱく質:15.5g    脂質:18.6g    炭水化物:49.2g    カルシウム:219mg    食塩相当量:1.7g

### 【作り方】

- ①じゃがいもは丸ごと茹でて、熱いうちに皮をむきつぶします。
- ②ボウルにつぶしたじゃがいもと塩・牛乳・小麦粉・ベーキングパウダーを加えて混ぜます。
- ③トマトソースを作ります。トマトは湯むきして種を取り、荒く切ります。鍋にサラダ油を熱し、トマト、にんにく、パセリのみじん切りとローリエを加えて煮詰め、塩、こしょうで味を調えます。
- ④しいたけはうす切りにしてバターで炒め、塩・こしょうをします。
- ⑤生地を4等分にして丸くのばし、トマトソースを塗ってサラミソーセージ、しいたけ、チーズをのせます。  
180℃に熱したオーブンでチーズが溶けるまで焼き、みじん切りにしたパセリをちらします。

