



料理研究家 尾田衣子さん
「オリーブ油を使ったレシピ」

●ごろごろ具材のオリーブポテサラ

【材 料】(2人分)

●じゃがいも	: 2個	●パセリ(みじん切り)	: 大さじ1
●顆粒(かりゅう)ス ープの素(もと)	: 小さじ 1/2	●マヨネーズ	: 大さじ1
●ゆで卵	: 1 個	●粒マスタード	: 小さじ1
●ベーコン	: 50g	●オリーブ油	: 大さじ1
●オリーブ(種なし)	: 8個	●塩・こしょう	: 各適量

【つくり方】

①じゃがいもは皮をむき、一口大に切る。

Point ごろごろ具材のポテサラにしたいので、大き目に切る。

②鍋に湯を沸かして顆粒スープの素を入れ、ジャガイモをゆでる。

Point ジャガイモをゆでながら味つけもする。

③ゆで卵を八等分に切る。ベーコンは大き目に切り、表面がカリッとするまで中火で焼く。

④じゃがいもに火が通ったらザルにあけて水けをきり、鍋にじゃがいもを戻す。弱火で鍋をゆらしながら加熱し、粉ふきいもにする。

Point 調味料やオリーブ油がしみ込みやすくなる。

⑤ボウルに③、④、オリーブ、パセリを入れ、マヨネーズ、粒マスタード、オリーブ油を入れてざっくり混ぜる。塩こしょうを加え、さらに混ぜる。

Point 粒マスタードやオリーブ油が入るので、マヨネーズは一般的なポテサラより少な目。具材をつぶしすぎないように混ぜすぎ注意！

⑥最後にオリーブ油(分量外)を回しかけ、完成。

Point お好みで最後にオリーブ油を足すと、さらに香りがでる。