



8/15(火) SNS で大人気～スマッシュポテト

(材料)

じゃがいも

塩こしょう

サラダ油

<ディップソース>

クリームチーズ

おろしにんにく

ヨーグルト

パセリ

塩

① ジャがいもは洗って皮付きのままラップでくるみ、レンジで潰せるくらいまで加熱する。

② 粗熱が取れたら、コップの底などで 1cm ほどの厚さに潰す。大きいものは半分に切って潰す。

③ フライパンに多めの油を熱し、②を入れて揚げ焼きにする。

④ 両面こんがり焼けたら、塩こしょうを振る。

⑤ ディップソースの材料をボウルに入れて混ぜ、添える。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いてあります。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。