



## 8/27(木) 山芋 de ポテサラ

### (材料)

山芋：15cm程度  
辛子明太子：1/2 腹  
マヨネーズ：大さじ1～2  
小ねぎ（小口切り）  
ブラックペッパー  
酢

- ① 山芋は皮をよく洗い、ひげが気になる場合は焼くか切り落とす。  
1～2cmの厚さに切り、酢水に放す。
- ② 耐熱のポリ袋に入れて、口を閉じず、600Wのレンジで2分を目安に加熱する。
- ③ 取り出して、麺棒などで叩く。
- ④ ボウルに入れて、辛子明太子とマヨネーズを加えて混ぜる。
- ⑤ 器に盛り、小ねぎとブラックペッパーを振る。

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。