



コーンコロッケ

材料 約4人分

| | |
|----------|--------|
| 豚ひき肉 | 40g |
| 玉ねぎ | 中玉1個 |
| 人参 | 1/2本 |
| 粒コーン缶 | 1缶 |
| クリームコーン缶 | 1缶 |
| ジャガイモ | 大4個 |
| サラダ油 | 適量 |
| 塩 | 小さじ1/2 |
| コショウ | 少々 |
| 小麦粉 | 適量 |
| 卵 | 1個 |
| パン粉 | 適量 |
| 揚げ油 | 適量 |



作り方

- 【1】 ジャガイモの皮をむき茹でてつぶしておく。
- 【2】 玉ねぎ・人参はみじん切りにする。
- 【3】 フライパンに肉・玉ねぎ・人参を炒め塩・コショウで味を調える。
- 【4】 【1】・【3】とコーン缶・クリーム缶を混ぜ合わせ形を整える。
- 【5】 【4】に小麦粉・卵・パン粉の順で衣をつける。
- 【6】 180度の油で揚げる。

