

にいがたの農畜産物で

おろろ!  
をつくらう。



国際調理製菓専門学校  
西洋料理担当  
難波 邦生 先生  
レストランを皮切りに婚礼場、ホテルと34年間、西洋料理の現場で活躍。1992年『ガーデンホテル』入社。その後、代行含め15年間、料理長を務める。長野オリンピック開催にあたっては、料理長として各国の来賓や国内選手の対応に従事。『日本エスコフィエ協会』会員。

# 妻有ポークのポテト焼き 春キャベツとベーコンのサラダ添え

■所要時間/30分 ■カロリー/妻有ポークのポテト焼き 382kcal(1人前)、春キャベツとベーコンのサラダ 191kcal(1人前)

材料(4人分)

### ●妻有ポークのポテト焼き

- A) ハムのクリーム煮……大匙8杯
- スライスハム(せん切り)……2枚
- 新玉葱(スライス)……1/2個
- マッシュルーム(スライス)……4個(椎茸、エリンギ等でも可)
- バター……大匙2杯
- 薄力粉……大匙1杯
- 生クリーム……150cc

(市販のホワイトソースでも可)

- 妻有ポークの薄切り……8枚
- 新ジャガ……3~4個
- バター……30g
- 塩、胡椒……適宜

### B) 雪下人参のソース

- 雪下人参ジュース……200cc
- トマトの水煮……100cc
- 塩、胡椒……適宜

### ●春キャベツとベーコンのサラダ

- 新キャベツ……4枚
- ベーコン……2枚
- オリーブ油……60cc
- 赤ワインビネガー……30cc
- クルトン……少々
- 塩、胡椒……適宜



**下準備** 新ジャガの皮をむき、縦に薄くスライスする。ボールの中に新ジャガと溶かしバターを入れ、塩、胡椒をして味をなじませる。ベーコンを2mm幅くらいに切る。キャベツを洗い、食べやすい大きさにちぎっておく。



**4** 軽く塩、胡椒をした薄切り豚肉を広げ、ハムのクリーム煮をのせて包む。

**5** 下処理をしたポテトを4~5枚広げ、4を巻きつける。

**6** フライパンにサラダ油とバターを入れ、ポテトがカリッとなるまで両面を焼く。

**7** 鍋にトマトの水煮と雪下人参のジュースを入れ、軽く煮込み、塩、胡椒で味を調える。

**8** 7の雪下人参ジュースのソースの上に6を盛り付ける。

**9** フライパンにベーコンとオリーブ油を入れ、きつね色になるまで弱火で炒める。

**10** 火から下ろし、赤ワインビネガーを加え、キャベツをボールに入れて塩、胡椒で味を調えクルトンを散らす。

プロにきく  
元気レシピ Lesson 12

Sole!<sup>ニイガタ</sup> に掲載された企業や団体をご紹介します。ご関心のある方は下記までご連絡ください。

農業法人・食品関連企業をはじめ、新潟のあらゆる産業を応援します。



新潟市中央区東中通一番町189番地3  
農業部(農業法人担当) TEL 025-230-2151 融資部(一般企業担当) TEL 025-230-2203

http://shinren.jabank-niigata.or.jp/ 新潟県信連 検索