

ポテトのミルク煮

～ハムのうま味と牛乳のコクで適塩に～



材 料 (2人分)

玉ねぎ	100g
じゃがいも	150g
ロースハム	20g
パセリ (みじん切り)	少量
牛乳	100ml
サラダ油	小さじ1/2
塩	少量 (1g)
水	適宜

作り方

- ① 玉ねぎとロースハムはせん切りにし、じゃがいもは1センチ角に切る。
- ② 鍋に油を入れて、①を炒め、具に火が通ったら、ひたひたの水を加えて煮る。
- ③ ②を塩で調味し、牛乳を加えて一煮立ちさせる。
- ④ ③を器に盛り付け、パセリを散らす。