



🍴 🍷 ポテトサラダカツ

おすすめの味わい: 辛口



子供も大好きなおかずで、親子の会話も弾みます!お弁当にもピッタリ!

じゃがいもの味わいがキリッとした辛口の冷酒にピッタリ!

調理時間: 25分

カロリー: 605Kcal (1人分)

塩分: 1.8g (1人分)

※当社の栄養表示は、各原材料の分析値、または「五訂日本食品標準成分表」に基づき算出した値の合計値です。

■材料(4人分)

豚肉薄切り(300g)、塩・こしょう(少々)、
キャベツ(8枚)、じゃがいも(4個)、ハム(6枚)、
玉ねぎ(1/2個)、ゆでグリーンピース(少々)、マヨネーズ(大さじ3)、
塩・こしょう(少々)、小麦粉・卵・パン粉(適量)、揚げ油(適量)、
とんかつソース(適量)
付け合せ…レタス・レモン・ミニトマト(適量)

作り方

- 1 キャベツをさっとゆでる。
- 2 じゃがいもは乱切りにし、粉吹き芋にし、つぶす。
- 3 ハム・玉ねぎはみじん切りにし、②のじゃがいもに混ぜる。
- 4 ③にグリーンピース・マヨネーズを加え、塩こしょうで味を整える。
- 5 豚肉を広げ軽く塩こしょうし、キャベツをその上に広げ、④のポテトサラダをのせ、端を折り、クルクルとまく。
- 6 ⑤に小麦粉・卵・パン粉をつけ、カリッと揚げる。
- 7 レタス、レモン、ミニトマトを添え、とんかつソースを添える。