

メニュー名

## クリームチーズと明太いも

学校名: 東京農業大学第一高等学校

氏名: Hさん

PR文(200字以内)

～感謝の気持ちを届けよう～  
私からのメッセージ

今一番感謝したい人はお母さんです。去年お父さんが単身赴任になってしまい、普段はお母さんと二人暮らしです。お父さんがいない分、お母さんにたくさんの迷惑をかけてしまいました。

なのでいろいろな想いを包み込んで感謝を表した料理にしたいと思い、今回4つの具材をじゃがいもで包み込む「クリームチーズと明太いも」を作りました。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント	調理時間
じゃがいも	4個	1、クリームチーズ、とろけるチーズ、明太子Bをそれぞれ4等分しておく	45分 ※調理時間は2名分を作る合計の調理時間
明太子A	20g	2、じゃがいもの皮をむき、ボウルに入れて 500Wのレンジで5分前後加熱し柔らかくする	
片栗粉	40g	3、2を熱いうちにフォークでつぶし、明太子A、片栗粉、牛乳、マヨネーズ、 粉チーズを入れて混ぜる	
牛乳	40ml	4、3が滑らかになるまで、よく混ぜ、4等分に分けてひとかたまりを手に取り、大葉、 クリームチーズ、明太子B、とろけるチーズを包む	
マヨネーズ	大さじ1	5、ごま油をひいたフライパンに入れ、焼き目がつくまで焼く	
粉チーズ	10g	6、ひっくり返し、途中で少量の水を入れ蓋をして焼く ※水を入れすぎてじゃがいもが柔らかくなりすぎないように注意する	
クリームチーズ	36g	7、くずれないように注意しながらさらに取り出して完成！	
とろけるチーズ	40g		
ごま油	適量		
大葉	4枚		
明太子B	40g		
水	適量		