

「プッチーニ」入り ポテトサラダ

カボチャのレシピ



いつものポテトサラダを
「プッチーニ」でドレスアップ!

材料 (2人分)

「プッチーニ」カボチャ……………1個
ジャガイモ……………2個
ニンジン……………1/4本
キュウリ……………1/2本
タマネギ……………1/4個
プロセスチーズ……………20g
マヨネーズ……………適量
塩、コショウ……………各少々

作り方

- ① 「プッチーニ」は、ヘタのほうから 1/3～1/4 のところで水平に切り、スプーンでタネをくり抜きます。
- ② ヘタの部分をふたのように元に戻し、全体をラップで包み、電子レンジ (500W) で3～4分ほど加熱します。あら熱がとれたら、スプーンで果肉をかき出しておきます。
- ③ キュウリは小口から薄切りにし、軽く塩をふってしんなりさせ、水気を絞ります。タマネギは薄切りにし、水にさらして絞ります。プロセスチーズは細かい角切りにします。
- ④ ジャガイモは角切りにし、水からゆでます。途中でいちょう切りにしたニンジンも加え、やわらかくなったら一緒にザルに上げます。
- ⑤ 温かいうちに (4) のジャガイモとニンジンをもウルに移し、(2) の「プッチーニ」の果肉、(3) のキュウリ、タマネギ、チーズを加え、マヨネーズであえます。塩、コショウで味をととのえます。

ワンポイント

「プッチーニ」の器に盛りつける場合は、(1)～(2)の要領で加熱した「プッチーニ」を2つ準備します。「プッチーニ」の甘さにチーズも入って、お子さまにもおすすめのパテサラダです。