農ある暮らし

農政課 ☎23-3517

レシピ作成者
ベジエール渥美

今が旬！
じゃがいも

ベーコンとチーズのカリカリポテト焼き

じゃがいもの旬は大きく分けて春と秋の2回あります。特に、春から初夏にかけて収穫されるじゃがいもは「新じゃが」と呼ばれ、水分が豊富でやわらかく、皮も薄くてみずみずしいため皮ごと食べることができます。

今回は、カリカリとした食感が楽しめるポテト焼きのレシピを紹介します。

材料（2人分）

- じゃがいも…3個
- 薄切りベーコン…3枚
- ピザ用チーズ…お好みの量
- 塩コショウ…適量
- オリーブオイル…適量

作り方

①皮をむいたじゃがいもをスライサーで薄く切る。

②熱したフライパンにオリーブオイルを引き、スライスしたじゃがいもを半分敷き詰める。

③敷き詰めたじゃがいもの上に、カットしたベーコンとチーズを並べる。

④塩コショウをし、①でスライスした残りのじゃがいもをベーコンとチーズの上に敷き詰める。

⑤焦げ目がついたら裏返して、もう片面も焦げ目がつくまで焼く。

⑥お皿に盛りつけて完成！

調理上のポイント

・敷き詰めるじゃがいもの直径を大きくしすぎると裏返すことが難しくなるので注意！

・両面にしっかり焦げ目をつけることで、カリカリとした食感に。

《じゃがいもの特徴》

食物繊維やカリウム、ビタミンCが豊富。特にビタミンCはいも類の中で最も多く含まれており、でんぷんに守られているため、加熱しても減少しないのが特徴です。

おいしいじゃがいもは、皮は薄く全体的に形がふっくらとしていて丸みがあり、しっかりとした硬さとずっしりと重みがあるものを選ぶことがポイントです。

今月の花　3月の 渥美半島の花と鉢花

スイートピー

（花／出荷時期:11月～3月）

花ことば：門出・優しい思い出

甘い香りのする優しい印象の花です。田原市では年間約220万本出荷されています。

花

鉢

ニューギニアインパチェンス

（鉢花／出荷時期:3月～7月）

花ことば：正直・輝き

エキゾチックで華やかな印象の鉢花です。田原市では、年間約1万7千鉢出荷されています。