

具たくさんジャーマンポテト



材料（6人分）

ウインナー	2パック(12本)
じゃがいも	小6個
たまねぎ	1個
にんじん	1本
カリフラワー	1／3株
マッシュルーム	6個
グリーンアスパラ	3本

} A

にんにく	2かけ
オリーブオイル	
塩・こしょう	
パセリみじん切り	

作り方

1. Aの野菜をそれぞれ食べやすい大きさに切り、蒸しておく。
2. フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れて弱火で香りを出し、ウインナーと1.の野菜を加え、塩・こしょうで味をつけて炒める。
3. 食べやすい大きさに切ったマッシュルームとグリーンアスパラ（ゆでておく）も加え、全体に味がなじむように炒める。仕上げにパセリのみじん切りをふる。

（調理時間 30分）

ひとくちメモ

野菜はお好きなものでアレンジして下さい。
ウインナーの代わりにベーコンもおすすめてです。

今回使用した商品 マイルドあらびきウインナー85g



株式会社
鎌倉ハムクラウン商会