

“いなかのねずみとまちのねずみ” にでてくる「たべもの」は、、、  
**『チーズ・おまめ・じゃがいも・とうもろこし』**。  
 そのなかから、チーズとじゃがいもをつかったレシピをしょうかいします。



◎チーズをつかったメニュー

《カルシウムラスク》



材料（4人分）  
 ・フランスパン 1/4本  
 ・バター 30g  
 ・粉チーズ 20g  
 ・白いりごま 20g  
 ・青のり 少々

作り方  
 ①フランスパンを薄めに切り、130℃オーブンで10～15分焼きます。  
 ②粉チーズ、ごま、青のりを混ぜ合わせます。  
 ③バターを溶かし、軽く焼いたフランスパンにぬり、②をつけます。  
 ④①と同じくらい焼いて出来上がりです。

※オーブントースターで焼く場合は、焦げないように気をつけながら焼いて下さい。



◎じゃがいもをつかったメニュー

《ホクホクポテトコロッケ》



材料 6個分			
じゃが芋	250g	小麦粉	適量
あいびき肉	70g	卵	適量
玉ねぎ	1/4個	パン粉	適量
砂糖	小さじ1	揚げ油	適量
酒	大さじ1/2		
みりん	大さじ1/2		
しょうゆ	大さじ1		

作り方  
 ①玉ねぎはみじん切りにし、じゃが芋は茹でてつぶしておきます。  
 ②合いびき肉と玉ねぎを炒め、火が通ったらAで味付けします。  
 ③①に②を入れ、混ぜます。  
 ④お好みの大きさに丸め、小麦粉→卵→パン粉の順に衣をつけ、油で揚げます。

“ながぐつをはいたねこ” にでてくるこうしゃくさまはこなやのむすこ。  
 こなといえは**『うどん』**。  
 うどんかりんとうレシピをしょうかいします。

《うどんかりんとう》



材料 4人分  
 茹でうどん 1袋  
 グラニュー糖 適量  
 油 適量

作り方  
 ①茹でうどんを軽くほぐし、低温の油できつね色になるまでじっくり揚げます。  
 ②ボウルにうどんを入れて、食べやすい長さに割り、グラニュー糖をまぶします。





