



## そぼろポテトサラダ



### 材料(大人2人分子ども1人分)

じゃがいも	150g(中1個)
きゅうり	50g(約1/2本)
にんじん	100g(約1/2本)
豚もも挽肉	70g
炒め油	適量
すりおろししょうが	少々
しょうゆ	9g(小さじ1・1/2)
砂糖	6g(小さじ2)
マヨネーズ	42g(大さじ3)

### つくり方

- ①じゃが芋は皮をむき、切って茹でる。  
にんじんはいちょう切りにして茹でる。
- ②きゅうりはスライスする。
- ③鍋に油を引き、すりおろししょうがを入れて、豚もも挽肉を炒める。火が通ったら、砂糖、しょうゆで甘辛く味をつける。
- ④①の野菜と③の肉の粗熱が取れたら、全ての具とマヨネーズを混ぜる。

### 📌栄養士よりワンポイント📌

- ・すりおろししょうがは、チューブタイプを使う場合は、1cm程度を目安にしてください。
- ・保育園では、卵不使用のマヨネーズ風調味料を使用しています。