

米粉のニョッキ



材料（4人分）

A 米粉	… 120g
卵	… 1個
オリーブオイル	… 適量
タマネギ	… 1/4個
ニンニク	… 1片
トマト水煮缶	… 400g
塩・コショウ	… 適量
ジャガイモ	… 大2個(約400g)
塩	… 適量
トッピング	… お好み (粉チーズやバジルなど)

作り方

- 1) 【トマトソース作り】鍋にオリーブオイルをひき、みじん切りにしたタマネギとニンニクを入れて火にかける。タマネギがきつね色になったらトマト水煮缶を加えて煮詰め、塩・コショウで味を調える。
- 2) 【ニョッキ作り】ジャガイモの皮を剥き、電子レンジで柔らかくなるまで加熱する。
- 3) ②をつぶして粗熱をとり、Aを加えてこねる。
- 4) ③の生地を親指くらいの太さの棒状に伸ばす。長さ2~3cmに切り、フォークの先を押し当てて筋を付ける。塩を入れた熱湯で湯がき、浮いてきたらザルにあげる。
- 5) 茹でたニョッキを①の鍋に入れ、1~2分煮たらできあがり。お好みで粉チーズやバジルなどを飾る。



もちもち食感で食べ応えばっちり!



JAこうか
旬のレシピ集

<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>

他のレシピはこちら!!

