

料理名 ホワイトソースのニョッキ

4人分

調理時間 約45分



作り方

1. 【ニョッキの作り方】
ベニーリーフピューレと紅花の2種類のニョッキを作ります。
2. ジャガイモの皮をむき、茹であがったら潰す。
3. 2に米粉と塩、卵を入れてよく練り、ベニーリーフピューレまたは紅花を入れてよく練る。
4. 3を棒状に伸ばしたものを2cm程度に切ってフォークでつぶし、熱湯で茹でる。
5. ニョッキが浮いてきたら、冷水にとる。
6. 【ホワイトソースの作り方】
フライパンに米粉、牛乳100ccを入れてよく混ぜ合わせる。
7. 残りの牛乳を加え、火にかける。
8. 混ぜながら加熱し、顆粒コンソメを入れ、塩、こしょうで味付けし、とろみがついたらホワイトソースの完成。
9. ホワイトソースにニョッキを絡ませ、温まったら完成。

材料

◎ニョッキ

- ◆ ジャガイモ 中3個
- ◆ 米粉 80g
- ◆ 塩 ふたつまみ
- ◆ 卵 1個
- ◆ 紅花若菜ベニーリーフピューレ【タックルファーム】 適宜
- ◆ 紅花 適宜

◎ホワイトソース

- ◆ 米粉 大さじ3
- ◆ 牛乳【奥羽乳業】 450cc
- ◆ 顆粒コンソメ 小さじ1
- ◆ 塩 小さじ1/4
- ◆ こしょう 少々