

♪ エコアのガスでうまがもん〜♪

コンロ料理

新じゃがのマスタード煮



材料：2〜3人分

- ジャがいも…200g
- ベーコン…30g
- にんにく…1 かけ
- マスタード…大さじ 1
- 料理酒（白ワイン）…大さじ 1
- 水…200cc
- 塩…適宜
- ブラックペッパー…適量
- パセリ…適量
- サラダ油…大さじ 1
- 塩こしょう…少々
- ローリエ…1 枚分



① 鍋に水、料理酒、マスタードを入れて軽くまぜる。

ポイント

粒マスタードで風味がアップ！マスタードの塩分で塩は調整しましょう。



② 細切りにしたベーコン、皮付きのまま一口大にカットしたじゃがいも、潰したんにんにく、ローリエを鍋に入れる。

ポイント

じゃがいもは皮付きのままカットすることで荷崩れ防止に。皮が緑色に変色したり芽がでているものは有害物質のソラニンが生成されている可能性があるので取り除きましょう。



③ クッキングシートなどで落とし蓋をする。

ポイント

落とし蓋をすることでヒタヒタの水加減でもしっかりと味がしみ込みます。



④ 更に蓋をして中弱火で約 30 分間煮る。

ポイント

軽い沸騰状態が続く火加減でじっくり煮込むとじゃがいもの芯までしっかりと味が浸透します。



⑤ ジャがいもに火が通ったら蓋を取り、中強火にして残りの水分を飛ばしながら全体を絡める。

ポイント

水分を飛ばすことでマスタードの香りと味が引き立ちます。しっかりと水分を飛ばすことが香ばしくなるコツ！



⑥ 水分がなくなったらニンニクとローリエを取り出し、お好みでブラックペッパーとパセリを散らす。

ポイント

皮ごと潰してマヨネーズで和えればデリ風ポテサラに簡単アレンジ！