

QUEEN'S RECIPE from Instagram



そらまめの香りと
ひき肉の旨味が詰まったひとくちコロッケ!

そらまめのひとくち焼きコロッケ

材料 (2人分)

そらまめ	10本	パン粉	適量
豚挽き肉	50g	塩	適量
パルミジャーノ	適量	こしょう	適量

作り方 (調理時間:約25分)

- 1 1 そらまめは鞘から出して熱湯で3分ほど塩ゆでし、あら熱をとる。鞘はとっておく。
- 2 2 薄皮を剥いて細かく刻む。
- 3 3 ボウルに豚挽き肉、塩、こしょうを入れて粘りが出るまでしっかり混ぜ、②のそらまめを加えて更に混ぜる。
- 4 4 ③を10~15g程に丸めて鞘のくぼみに乗せてパルミジャーノを削り、パン粉をのせる。
- 5 5 200度のオーブンで約10分焼く。

〈レシピ使用商品〉
ISETAN MITSUKOSHI THE FOOD
・パルミジャーノレッジャーノ
・油の切れがよいサクッとパン粉