



料理研究家 ヤミー 考案レシピ

『とち馬肉 マッシュとハスカップ入りミートパイ』

<分量(4人分)>

- ・じゃがいも ……………1個(約150g)
- ・とち馬肉マッシュ ……………100g
- ・玉ねぎ ……………1/4個
- ・冷凍ハスカップ ……………80g
- ・砂糖 ……………大さじ2
- ・卵 ……………2個
- ・パン粉 ……………1カップ
- ・バター ……………10g
- ・牛乳 ……………1/4カップ～
- ・塩 ……………少々
- ・粉チーズ ……………大さじ1

- A 合いびき肉 ……………100g
- オリーブオイル ……………大さじ1
- 塩 ……………小さじ1/2
- こしょう ……………少々

<作り方>

①材料の準備

じゃがいもは皮付きのままラップに包み、電子レンジ(600W)で3分加熱し、ひっくり返して再度2分加熱する。マッシュルーム、玉ねぎはみじんぎりにする。ハスカップは砂糖をまぶしておく。

②具を作る

耐熱ボウルに、玉ねぎ、マッシュルーム、Aを入れて混ぜ合わせ、ラップをかけて電子レンジで3分加熱する。卵、パン粉を加えて混ぜ、バターをぬった耐熱容器に入れる。

③マッシュポテトを作る

ザルをボウルの上に置いて、じゃがいもをゴムベラで裏ごしする(残った皮は捨てる)。バターを加えて混ぜ合わせ、牛乳の様子を見ながら加えてペースト状にし、味をみて塩を加える。

④焼く

②の耐熱容器に砂糖をまぶしたハスカップをのせ、③をのせて粉チーズをふりかけ、フォークで格子状に模様を付けたら、オーブントースターで焼き色がつくまで焼く。