

# 旬の野菜をおいしく食べよう！

かかせない常備野菜

じゃがいもを食べよう。

とてり煮し  
と適し  
り長に  
と特理  
ねが料  
もが理  
イり感  
クよ食  
一爵た  
メ男し  
調理  
調る  
理い

男爵  
日本の  
男爵  
の特  
長。

れが、もて  
ずすとい  
りくでと  
カ煮の強  
アにいが  
キ非常す  
非や甘ホ  
コポテ  
ユサす  
のじゃ

インカのみざめ  
粒が小さく濃  
秋の収穫時は  
しずつ甘みが増  
になる。

日本にじゃがいもが伝わったのは今から400年以上前、オランダの船に積まれて長崎にやってきました。当時オランダの貿易の拠点がインドネシアのジャカルタで、その当時日本はジャカルタをジャガタラと呼んでいて、ジャガタラから伝わったイモ→ジャガタライモ→ジャイモ→ジャガイモと呼ばれるようになりました。



スタイリスト/小菅聖子

## ジャーマンベーコン

じゃがいも (男爵)	4個
材料 (4人分) 玉ねぎ	¼個
ベーコン (ブロック)	80g
無塩バター	20g
サラダ油	大きじ1
塩	少々
作り方 粗びき黒こしょう	適量

- 1.じゃがいもは皮をむき、1cm厚さの半月切りにし、水にさらして水気をきる。
- 2.玉ねぎは薄切りにする。ベーコンは拍子木切りにする。
- 3.熱したフライパンにバター、玉ねぎを入れ、玉ねぎが透き通るまで炒め、取り出す。
- 4.玉ねぎを取り出したフライパンに、サラダ油を入れてベーコン、じゃがいもを入れてじゃがいもに火が通るまで弱火でじっくり炒め、玉ねぎを戻し入れて炒め合わせ、塩で味を調える。
- 5.器に4を盛りつけ、黒こしょうを散らす。



feast