

## 《今回の多摩市産》

・さつまいも



多摩市では、ベニアズマが多く収穫されます。その他、ベニハルカ、黄金千貫(こがねせんがん)、太白(たいはく)なども栽培されています。



今回使ったさつまいもの大きさ

・味噌「原峰のかおりたっぷり麴味噌」



③ フォークでニョッキに模様を付けると、このように！

多摩市内の幼稚園や保育園でも、子どもたちが芋掘りをする季節になりました。泥だらけになって自分でさつまいもを掘る。思い出に残る体験ですよ。



今回はさつまいもをモチモチのニョッキに。ニョッキはジャガイモを使ったパスタの一種ですが、さつまいもを使うことでほんのり甘く、味噌チーズソースとの相性が抜群です。

## 《材料(2人分)》

## 【味噌チーズソース】

・さつまいも	: 1本(300g)	・味噌	: 大さじ1と1/2
・小麦粉	: 100g	・牛乳	: 200cc
・塩	: ひとつまみ	・ピザ用チーズ	: 100g
・牛乳(必要時)	: 小さじ2程度	・コンソメ	: 1個
・パセリ	: 適宜	・塩	: 適宜
		・こしょう	: 少々

## 《作り方》

- ① さつまいもを蒸し器か電子レンジで蒸す(大きさによって蒸し時間は調整してください)。
- ② ①のさつまいもの皮を取り、熱々のうちに潰す。小麦粉、塩を混ぜてこね、ひとかたまりにする(牛乳で耳たぶ程度の硬さに調整する)。
- ③ 親指の第一関節までの大きさ程度に丸め(10g程度)、指の腹で軽く潰してからフォークの背で模様をつける。
- ④ ②を沸騰した湯に入れ、浮いてきたら取り出す。
- ⑤ ニョッキを茹でると同時に、別の鍋に牛乳とコンソメを入れて中火にかけ、コンソメが溶けたらピザ用チーズと味噌を入れて、塩、こしょうで味を調える。
- ⑥ ⑤の鍋に④のニョッキを入れ、軽く和えたら火を止め、パセリのみじん切りを散らす。

レシピ提供: Ami.Kobayashi

発行: 多摩市の農産物応援サイト agriagri <http://www.seeds-tama.com/agriagri>

※無許可での複製、配布を禁じます。