ポテトのブロッコリーソースあえ

作り方

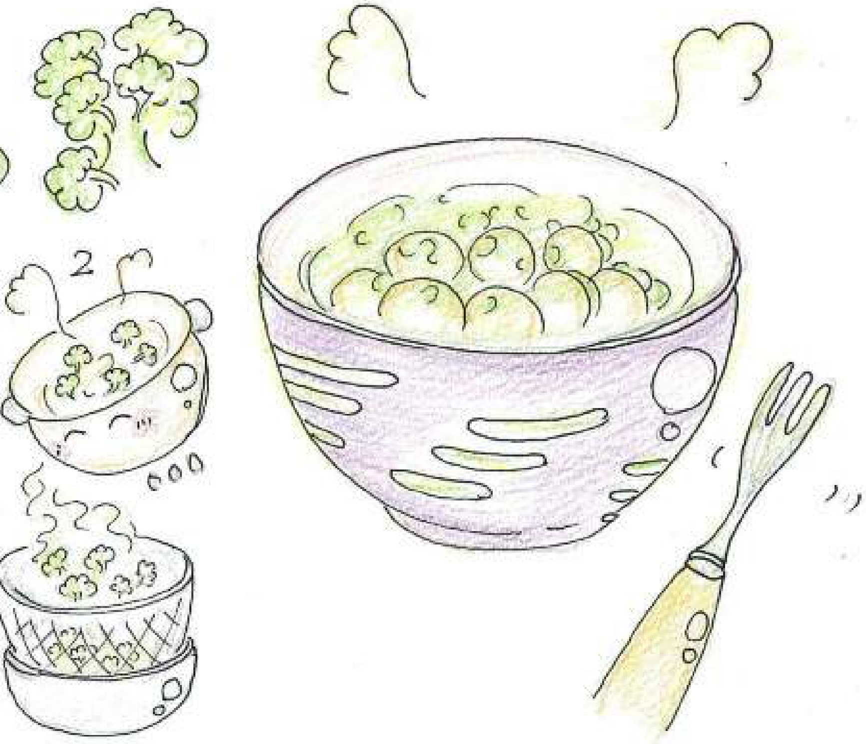
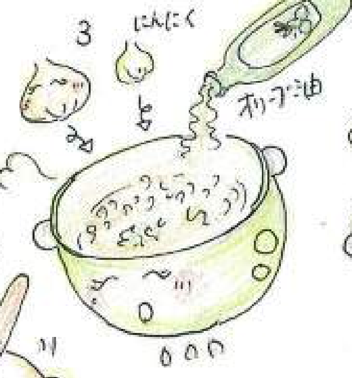
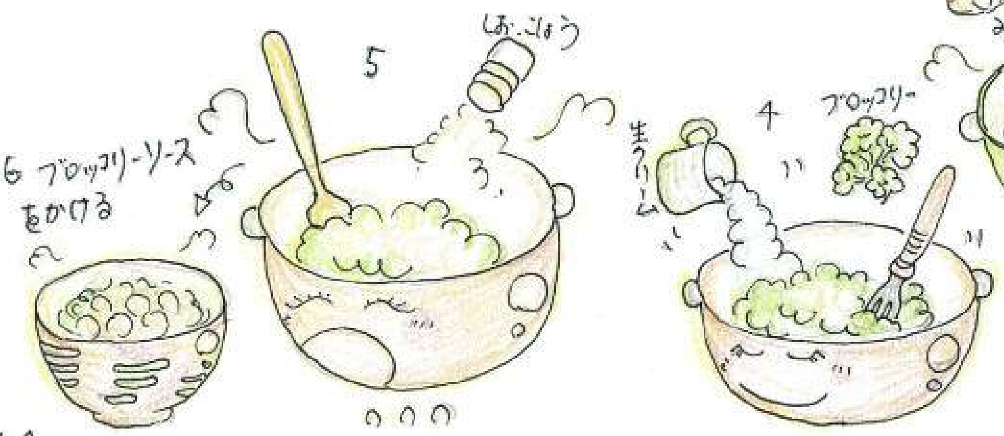
1 じゃが芋はよく洗い、皮を数カ所フォークで刺して
穴をあけ レンジで皮ごと加熱し やわらかくなったら器に盛る。

2 ブロッコリーを小房に分け、くずれるくらいにやわらかくゆでたら
ざるに上げ 水けをきる。

3 鍋にオリーブ油とにんにくを入れ 香りが立ったら玉ねぎを加え
玉ねぎが透き通るまで炒める。

4 ③を火から下ろして生クリームを入れ ②のブロッコリーを加えて
フォークでつぶす。

5 鍋を再び火にかけ、とろみが出るまで煮つめたら 塩、こしょうで
味をととのえ ①のじゃが芋にかける。

材料（4人分）

新じゃが（ベビーポテト） 1袋
ブロッコリー … 1株
玉ねぎ（みじん切り）… ½個
にんにく（みじん切り） … 1かけ
オリーブ油 … 大さじ3
塩、こしょう … 少々
生クリーム … カップ1