



ふじのくに
食の都づくり仕事人

地産地消レシピ

キヌサヤエンドウとポテトのフリコ



柔らかく、絹のようにつややかなキヌサヤエンドウ。中でも伊豆半島南部で栽培される「伊豆きぬさやえんどう」は、品質の高さから高級ホテルや料亭に出荷されています。これを北イタリアの伝統料理風に仕上げた一品を松崎町にある「イタリアンレストラン サルーテ」の佐藤健司さんに聞きました。

材料【4人分】 キヌサヤエンドウ 160g、ジャガイモ 小2個、ミックスチーズ 160g、粉チーズ 40g、バター 20g、塩・コショウ 少々

作り方 所要時間:30分

①キヌサヤエンドウは筋を取り、1分ほど塩ゆでする。ジャガイモは15～20分丸ごとゆでて皮をむき、5ミリほどの厚さの棒状に切る。②フライパンにバターを入れ、弱火にかける。③①とミックスチーズ、粉チーズをよく混ぜ、②に平らに広げて入れる。塩、コショウを振る。④片面を2～3分焼いたら裏返し、もう片面も同様に2～3分焼く。⑤④を盛り付けて出来上がり。

ポイント 1.こびりつきにくい加工がされたフライパンを使うと良いでしょう。
2.具を少しずつ焼くと形が崩れにくくなります。

栄養価 【1人分】エネルギー:289kcal タンパク質:16.3g 脂質:19.5g 塩分:1.3g

仕事人紹介



イタリア旅行で食べた料理に魅了され、29歳でサラリーマンから料理人に転身。2年間でイタリアの7店舗のレストランを回り、帰国。東京・八王子市で3年間料理長を務め、2004年10月に松崎町に店舗をオープンした。地元の食材を使った創作イタリアンが人気。

イタリアンレストラン サルーテ

佐藤健司さん 松崎町那賀170-9 ☎0558(43)0885