

ツナポテト

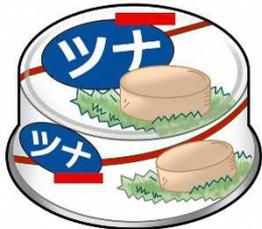


材料【4～5人分】

ツナ（油漬）	1 缶	オリーブ油	適量
じゃがいも	2 個	塩	小さじ1/2
		こしょう	少々

～作り方～

- ① ツナは油を切っておく。
- ② じゃがいもは乱切りにし、茹でておく。
- ③ フライパンにオリーブ油を熱し、ツナとじゃがいもを入れ炒める。
- ④ 塩、こしょうで味を調え仕上げる。



ツナは、まぐろやかつおから作られます。

水煮タイプのツナ缶を使用する場合は、
水気をよく切って使用してください。