じゃがいもと餃子の皮のパリパリガレット



廃棄減

冷蔵庫食材活用

保存OK

時短加熱短い

レシピ名の由来は？

当別産の男爵いもを頂く機会があったので、せっかくなら皮ごと食べたいと思ったのと、ちょうど余った餃子の皮を使って、良い感じの料理が作れないかと思い、このネーミングになりました。

エコポイントについて教えて！

じゃがいもの皮というと、剥いて、三角コーナーにたまっているイメージなのですが、そんな捨てるところも無く無駄のないよう活用しているところです。また、餃子の皮も別の料理に一部使い、この余った皮をそのまま焼くかどうするか、、、と悩んでいたところなので、こちらを作って、冷蔵庫に余っている他の食材も乗せたりして活用できるのではないかと考えています。

とうべつゆるエコfes

tobetsu yuru-eco festival 2025

じゃがいもと餃子の皮のパリパリガレット



材　料(2人分)

じゃがいも	2個(250～300g)
餃子の皮	6～8枚
ピザ用チーズ	40～50g
塩	小さじ1/3
こしょう	少々
オリーブオイルまたはサラダ油	大さじ1～1.5
コンソメ	小さじ1

作り方

(1)じゃがいもは皮をむき、細めの千切りにする
　※水にはさらさないのがポイント。じゃがいものデンプンが、ガレットをまとめてくれます
(2)ボウルにじゃがいも、塩、こしょう、ピザ用チーズを入れて混ぜる
(3)フライパンに油を薄くひき、フライパンの上にじゃがいもを広げ、フライ返しで軽く押さえて平らにする。
(4)底がこんがりして、まとまって来るまで、中火で5～6分焼く。
(5)じゃがいもの上に、餃子の皮を少し重なるように並べて円形の土台を作る。
(6)皿などを使ってひっくり返し、さらに油を少量足して餃子の皮側を4～5分焼く。
(7)両面がカリッときつね色になったら完成。食べやすく切っていただく。