

宮城野区おやつレシピコンテスト受賞レシピ

親子で一緒に作ろう！ たのしいおやつ



1. からだにやさしい

じゃがいもを使った、ご飯の
おかずやお弁当にも入れら
れる、甘くないおやつです。

受賞レシピ
2つの
おすすめポイント

2. おいしく食べられる

レシピは、宮城野区にある「ス
イーツ&カフェ専門学校」の
学生が考案しました！やさし
いおいしさで、家族で楽しめ
ます。

令和7年度おやつレシピコンテスト 優秀賞

ベーコン枝豆 じゃがじゃが餅☆☆



レシピ考案：仙台スイーツ＆カフェ専門学校
佐々木 はづき さん

小さくて食べやすい
じゃがいもがもちもちのいももち！

【このレシピの特徴】

- ・冷めてもおいしく食べられます、
- ・枝豆とベーコンを入れることで、おか
ずにもなり、お弁当にもおススメです。

【材料 2人分】(4個分)

- じゃがいも …… 150 g (小2個)
- ベーコン …… 10 g (1枚)
- むき枝豆(茹で) … 25 g (25粒)
- オリーブオイル(油) … 7 g (大さじ 1/2)

【用意する器具等】

- ラップ、キッチンポリ袋、包丁、まな板、電子レンジ、フライパン

A

- | | |
|----------|--------------|
| ★バター | ……… 2g |
| 片栗粉 | ……… 大さじ1・1/2 |
| 牛乳 | ……… 大さじ1・1/2 |
| ★粉チーズ | ……… 小さじ1 |
| ★コンソメ、砂糖 | …少々 |
- ※★は、お好みで(塩少々でも可)

【作りかた】

- ① ジャガイもは洗って、ふんわりとラップに包み、600Wのレンジで7分加熱する。 ※加熱時間は調整。
- ② ジャガイもの皮をむく。 ※熱いので火傷に注意(キッチンペーパーに包んでも)。
- ③ キッチンポリ袋に②を入れ、滑らかになるまでつぶす。
- ④ ③に枝豆と1cm角に切ったベーコン、Aを加え、混ぜる。
- ⑤ ④を4等分にし、厚さ1cmの丸型に丸める。
- ⑥ フライパンにオリーブオイル(油)を入れ中火で熱し、両面に焼き目がつくまで焼いたら、完成。

※ バターやマーガリンで焼いても風味が変わり、おいしくできます。

※ 中に入れる具材は、ハムやツナ、コーンなどお好みでアレンジできますね。

※ 小さいお子さんには、枝豆は刻んでいれましょう。

 お子さんと一緒に作ってみましょう！ 

作り方の中でマークがあるところは、お子さんがお手伝いできる作業です。
保護者の方がサポートし、安全に作業できるよう、気を付けてあげてください。

おやつレシピコンテスト審査員からの評価コメント

- ・ジャガイもをレンジで加熱するところに時短の工夫が感じられる。
- ・枝豆とベーコン、ジャガイもの彩りがよい。冷めてもおいしいので、お弁当のおかずにもぴったり。
- ・小さくてやわらかいので、おこさんでもパクパク食べやすい。