

2013.4.28 Joy of Travel Mailing List オフ会

リサさんのエストニアのサラダとひき肉ソースのレシピ

講師 リーサ・ベレズキン氏

1. ポテトサラダ Kartulisalat

◆材料 1人分

ポテト 2個・ゆでたまご 1個・ピクルス小 1個

ウィンナーソーセージ 2個・グリーンピース少々（新鮮がベストだが冷凍も可）・

りんご 1/4個・マヨネーズ大さじ 2杯

◆作り方

材料をみじん切りにして（グリーンピースはそのまま）、ボールでよく混ぜます（ここで塩とこしょうも少し入れます）。

マヨネーズをたっぷり入れて、もう一度混ぜて完成です。

2. サワークリームとひき肉ソース

◆材料 1人分

・合い挽き肉 50g

・サワークリーム 大さじ 2（24グラム）

小麦粉、塩、水

◆作り方

ソースはフライパンで合い挽き肉をまず塩と胡椒と煮ます。そのあとに水を入れます。丁寧にゆっくり小麦粉を混ぜます（とろみが出て来るまで）。その後にサワークリームを混ぜて、少し全部を煮る。

ディルの微塵切りを振りかけた茹でたポテトにこのソースをかけて頂きます。

<http://www.shejapan.com>

に掲載の記事・写真の無断転載を禁じます。すべての内容は日本著作権法並びに国際条約により保護されています。

Copyright 2005 SheJapan.com. All rights reserved. No reproduction or republication without written permission.