

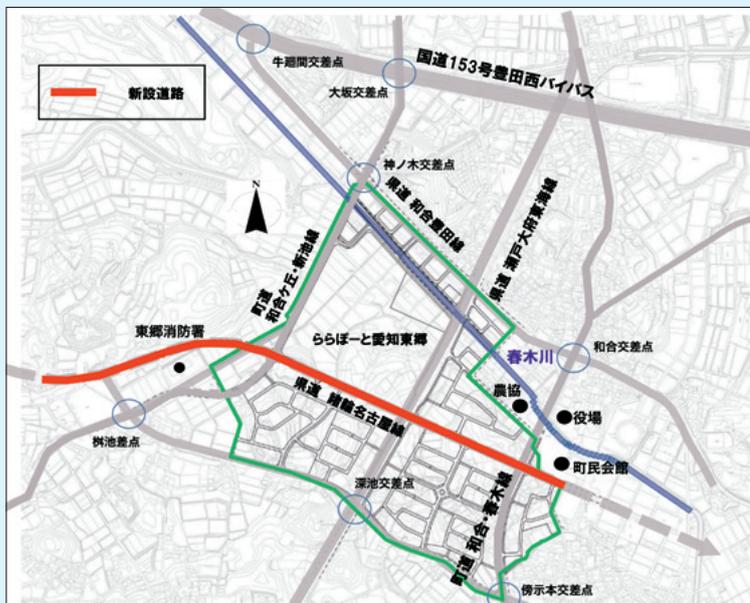
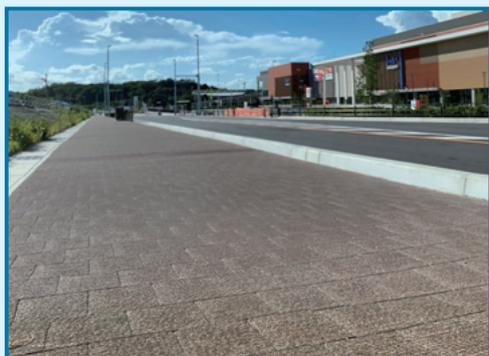
セントラル開発ニュース

新設道路の开通について

ららぽーとの南側を東西に抜ける新設道路県道諸輪名古屋線は、9月7日(月)に開通予定です。片側1車線の道路で電柱を全て地中化し、通常の道路に比べて解放感があります。歩道にはブロックを張り合わせたインターロッキング舗装が施され、景観に配慮したおしゃれな道路になっています。

また、道路が新設されることによって、現在発生している渋滞の解消も期待されます。

ららぽーとにお越しの際は、ぜひ通常の道路との違いを見比べてください。



◎問い合わせ セントラル開発課 ☎0561・56・0748



1人分
あたり
306
kcal

材料(4人分)

里芋(皮をむいた状態)	300g	小麦粉	20g
たまねぎ	60g	卵	1/2個
豚ひき肉	100g	パン粉	30g
油	小さじ1	揚げ油	適量
塩	小さじ1/3	ケチャップ	大さじ1
こしょう	少々	マヨネーズ	大さじ1
砂糖	小さじ1		
ウスターソース	小さじ1		

POINT!

里芋はじゃがいもやさつまいもに比べて低カロリーで、粘り気が特徴的な食材です。ねっとりとした食感がやみつきになるコロッケです。



栄養士が教えるおすすめ

旬のレシピ

recipe

里芋とひき肉のコロッケ



作り方

- 1 里芋は適当な大きさに切ってゆで、柔らかくなったから取り出し、ポウルなどに入れてつぶす。
- 2 たまねぎはみじん切りにする。フライパンに油を熱し、たまねぎを炒める。色が透き通ってきたら豚ひき肉を加えて炒める。肉に火が通ったらAを加えてさっと炒める。
- 3 2を1と合わせて均一になるまで混ぜ、一口サイズに丸める。
- 4 3に小麦粉、溶いた卵、パン粉の順につけ、180度の油で衣がこんがりとした色になるまで揚げる。
- 5 Bを合わせてソースを作り、4と一緒に器に盛り付けて出来上がり。