

レンジで作る ポテトチップス

(1 人分 100kcal)

材料(1 人分)	分量
じゃがいも	中 1 個



レンジで簡単に作れるポテトチップスです。

このままでもおいものおいしさを感じられて、おいしいですよ。

食塩や、青のり、コンソメなどをかければ、家族みんなで食べられます。



じゃがいもは皮をむいて
スライサーで薄くスライ
スする



クッキングシート
を敷いて重ならな
いように並べる



電子レンジ(500w)で約5分
加熱する



できあがり