

第5回 お料理クラブのご案内

日時 10月19日(火)14:30より
場所 ひいらぎ 喫茶コーナー
内容 焼きスイートポテト作り

♪材料(3人分)♪

- さつまいも……100g
- バター……20g
- 砂糖……12g
- 卵……1個
- 油……5g
- バター(絡める用)……10g
- 黒ごま……ひとつまみ程度

♪ 焼きスイートポテトのつくり方 ♪

- ① さつまいもをいちょう切りにし、茹でて柔らかくします
- ② さつまいもを潰します
- ③ さつまいもとバターを混ぜ合わせます
- ④ 砂糖を入れてよく混ぜ、さつまいもを丸めます
- ⑤ 卵を溶きます
- ⑥ さつまいもを溶いた卵にくぐらせ、油を熱したフライパンで焼きます
- ⑦ 両面に焼き目が付いたら、バターを入れて絡めます
- ⑧ 皿に盛り、黒ごまをかけて完成です

♪ 材 料(3人分) ♪

- さつま芋……100g
- バター……20g
- 砂糖……12g
- 卵……1 個
- 油……5g
- バター(絡める用)……10g
- 黒ごま……ひとつまみ程度