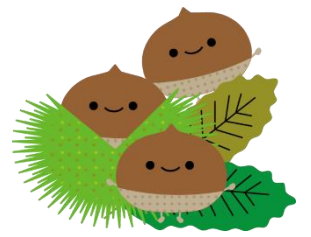


いぐりぼうやの作り方



☆材料（10個分）

■さつまいも…400 g

■バター…10 g

■砂糖…20 g（大さじ 2）

■牛乳…30 g（大さじ 2）

■塩…0.3 g（ひとつまみ）

■揚げ油…適量

◇小麦粉…40 g・水…50 g（水で小麦粉をといておく。）

◆そうめん…120 g（0.5 cm～1 cmくらいに折る。）

☆作り方

1 さつまいもは蒸してつぶす。

2 ①に砂糖・塩・バター・牛乳を入れて混ぜる。

※牛乳はかたさをみて調節する。

3 ②を10等分してまんまるに丸める。

4 ③に小麦粉ののりをつけ、折ったそうめんをつけて
170度の油で揚げる。きつね色になったら完成！

POINT

- ・さつまいもは弱火でじっくり蒸すとあま～くなるよ！
（焼くときも同じです！）
- ・きれいなまんまるにするには②で牛乳の入れすぎに注意してね！

見た目も名前もかわいい『いぐりぼうや』は、スイートポテトの生地こそうめんをつけて揚げたデザートです。

昨年度、6年生のもう一度食べたいリクエストでも選ばれました。（2月に出了しました。）

給食では使いませんでしたが、甘栗や栗の甘露煮を入れてもおいしいと思います^^ぜひ作ってみてください。

