



さつまいもそのものの美味しさが味わえる
シンプルで素朴なさつまいもきんとんです。

お茶うけは勿論、甘さ控えめのレシピなので
冷凍しておいてお弁当のおかずにも可愛らしいです。



さつまいもきんとん



～材料～

出来上がり約8個分

さつまいも	350g	砂糖	70g
塩	少々		

作り方

1. さつまいもをよく洗って1cmのさいの目に切り、5分～10分水にさらします。
* 水が濁ったら2～3回取り替えて下さい。
2. 水切りした①を容器に入れて上蓋(穴1)をセットし、600Wの電子レンジで4分加熱します。
3. 上蓋を取って軽く混ぜたら、砂糖・塩を入れて上蓋(穴1)をセットし、600Wの電子レンジでさらに4分加熱します。
4. さつまいもから水が出ますが、そのまま熱いうちにつぶしながらよく混ぜます。
5. 一口大をラップにとり、茶巾絞りのように形を整えて出来上がり。