

いもけんぴ

育てたさつまいもでおいしいおやつを作ろう！



《材料》

さつまいも(中) 1本

砂糖 大さじ2

水 大さじ1

塩 少々

サラダ油 適量

《作り方》

- ① さつまいもは5ミリ幅の細切りにし水に5分程さらす
- ② さつまいもの水を切り、キッチンペーパーで、水分をしっかりと拭き取る
- ③ フライパンに、さつまいもを入れ、さつまいもがつかう程のサラダ油を入れ、火をつけ揚げ焼きにする
- ④ きつね色になり、カリッとなったなら取り出し油をよく切る
- ⑤ フライパンに砂糖、水を入れ、ふつふつトロリしてきたら、揚げたさつまいも入れ、全体にからめる
- ⑥ クッキングシートに、さつまいもがくっつかないように並べ、冷まして出来上がり！