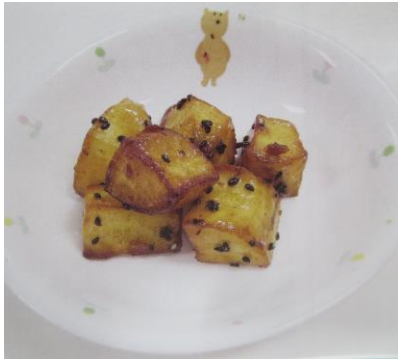


大学芋



<材料 4人分>

さつまいも	240g (中1本)	三温糖	8g (大さじ1弱)
黒ごま	1.2g	しょうゆ	4g (小さじ1弱)
油	適量	水	2.4g (小さじ1/2)

<作り方>

- ① 皮をむいたさつまいもを食べやすい大きさに切る。
- ② 揚げ油を熱し、さつまいもを素揚げする。もしくは電子レンジで柔らかくなるまで加熱し、フライパンで焼き目をつける。
- ③ 鍋に三温糖、しょうゆ、水を入れて火にかける。とろみがついたら火を止め、②を入れてからめる。
- ④ 仕上げに黒ごまをふる。



さつまいもはきれいに洗って皮付きのまま作ると見た目もきれいに仕上がります。タレはしっかりとろみをつけることで、さつまいもと合わせたときにきれいにからみます。タレに水あめを入れると、より甘くとろみのあるタレに仕上がりますよ♪

