

# さつまいものごま焼き



## <材料 4 人分>

さつまいも	200g (中 1 本)
バター	18g (小さじ 4 強)
小麦粉	18g (大さじ 2)
黒ごま	6g (小さじ 1 強)
三温糖	12g (小さじ 4)

## <作り方>

- ① さつまいもは皮をむき、茹でて熱いうちにつぶす。
- ② さつまいもにバター、小麦粉、黒ごま、三温糖を加えてよく混ぜる。
- ③ 平たく丸めて、ホットプレートで焼く。  
(フライパン、オーブントースターで焼いても良いです。)



ほっこりとした甘さのあるさつまいもは、料理にもお菓子づくりにも使いやすい食材です！  
さつまいもをつぶして使う場合は、少し厚めに切って茹でることにつぶしやすくなりますよ♪

