

すくすく人気レシピ紹介

2024年2月

今月は大学芋をご紹介します。甘くて美味しい大学芋は子ども達のおやつにぴったりです。作り方も簡単なのでご家庭でもぜひ試してみてくださいね。

大学芋

さつまいも	… 400g	揚げ油	… 適量
砂糖	… 大さじ4	黒ゴマ	… 好みで適量
醤油	… 大さじ1/2		
水	… 大さじ2		

- ① さつまいもは適当な大きさに乱切りにし、水に15分ほどつける。
- ② 水気を切り、180℃くらいの油で、こんがりと揚げる。
- ③ フライパンに砂糖、醤油、水をいれ、火にかけて沸騰させる。
- ④ ①を入れて汁気が少なくなるまで煮からめる。
この時、あまり煮詰めすぎると蜜が固まるので注意する。
- ⑤ 好みで黒ゴマをかけて完成。

