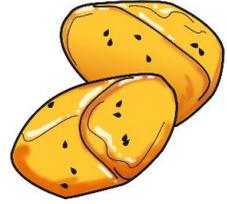


きゅうしょくレシピ

◇大学いも◇



【材料】 (給食だと4人分)

- ・さつまいも 320g
- ・揚げ油
- ・上白糖 大さじ1(18g)
- ・みりん 小さじ2(12g)
- ・濃口しょうゆ 小さじ2弱(10g)
- ・水あめ 小さじ2強(16g)
- ・黒いりごま 適量

【作り方】

- ① さつまいもは乱切りにして、10分ほど水にさらす。
- ② 上白糖～水あめまでを火にかけて、煮立たせてタレを作る。
- ③ ①の水気をふき取り、160℃位の油で火が通るまで揚げ、一度取り出す。油の温度を180℃位に上げ、再度、さつまいもを入れて、表面がカラッとするまで揚げる。
- ④ ②のタレを絡め、黒いりごまをふって、完成。

昭和初期、安くて栄養があり、お腹を満たすおやつとして大学生に人気だったことが「大学いも」という名前の由来になっています。

