

きゅうしょくレシピ

◇スイートポテト◇

【材料】 (給食だと8人分)

・さつまいも	400g
・バター	25g
・上白糖	40g
・牛乳	40g
・卵黄	大1個(25g)
・ラム酒	少々
▪ 卵黄(つや出し用)	1/2個(10g)
▪ 紙カップ(アルミカップ)	

【作り方】

- ① さつまいもは1cmほどの角切りにして、水にさらす。
- ② ①を蒸す、またはひたひたの水で煮る。
- ③ 煮た場合は、湯を切って熱いうちにバターを加えてつぶす。
- ④ 上白糖は1/2量の牛乳で溶かし、卵黄、ラム酒も混ぜ合わせて、③に加え混ぜる。
※残りの牛乳はさつまいもの水分量をみて調節する。
- ⑤ 俵型や丸型に形成して、カップに乗せ、適量の水で溶いた卵黄(つや出し用)を塗って、200°Cで予熱したオーブンで15~20分ほど焼いて完成。

