



# 簡単★ スイートポテト

ホクホク食感&甘み～さつまいもレシピ①

## 簡単★スイートポテト

材料(8個分) ※写真は4個分

さつまいも…中1本(250g)  
バター……………20g  
砂糖……………大さじ1  
牛乳……………大さじ1  
卵黄……………1個  
だしパック(中身)……小さじ1/4  
※本格・万能だしパック使用  
黒ゴマ……………適量

- 1 さつまいもは洗って皮をむき、1cm幅の輪切りにしてすぐ水につける。水気を軽く切り、耐熱皿に並べてふんわりラップをして、電子レンジ600W・5分加熱する。
- 2 できるだけ細かくつぶしてペースト状にする。
- 3 温かいうちにバター・砂糖を入れて溶けて混ざったら、牛乳と卵黄(つや出し用に大さじ1ほどとっておく)とだしパック中身を入れてよく混ぜる。
- 4 ねっとりしたら8個に分けて、スプーンやヘラで形を整える。
- 5 オーブンやトースターの受け皿にのせ(オーブンはオーブンシートを敷く)、照り用に卵黄を塗り黒ごまを散らす。焼き色がつくまで焼いてできあがり♪

ポイント

- 加熱したサツマイモは熱いのでやけどに注意してください。
- なめらかにしたい場合は裏ごしし、さつまいもっぽさを残したい場合は裏ごしはしないこと。
- 成形する前に味見をして、お好みの味に調整してください。