



## さつまいものあげだんご

### ○材料（8つ分）

さつまいも	300 g
三温糖	20 g
白玉粉	20 g
水	20 g
米粉	15 g
揚げ油	適量

### ○作り方

- ①さつまいもの皮をむき、水に5分浸ける。
- ②さつまいもをフォークでつぶせる硬さまでゆでる。  
（レンジで加熱しても大丈夫です。）
- ③さつまいもの水気をきり、フォークでなめらかになるまでつぶす。
- ④三温糖を混ぜる。
- ⑤白玉粉と水を混ぜる。
- ⑥④に⑤を混ぜこみ、米粉を少しずつ入れてさらに混ぜる。  
★耳たぶ位の硬さになっていればOKです。柔らかい時は米粉、硬い時は水を足してください。
- ⑦8つに分けて、丸める。
- ⑧180°Cに温めた油で、きつね色になるまで揚げる。

### ★ポイント★

★新しい油で揚げてください。（他の物を揚げた油だと匂いがついてしまうことがあります。）

★砂糖が入っているため焦げやすいです。一度にたくさん入れず、火加減弱めで揚げ始めてください。



ぜひご感想を  
お寄せください。

