☆碧山小の給食レシピ☆

【デザート編】

いが栗揚げ

材料	分量(４人分)	切り方	作り方
さつまいも	２２０ｇ（正味）		①さつまいもは皮をむいて適当な大きさに切り、蒸かす。
バター	１０ｇ		
砂糖	大さじ1		②熱いうちにマッシュし、バター、砂糖、牛乳、栗の甘露煮を加えて混ぜる。
牛乳	大さじ1		
栗の甘露煮	30ｇ	荒みじん	4等分し、丸める。
小麦粉	適宜		③小麦粉・水を混ぜて天ぷら衣のようなものを作り、②をくぐらせてそうめんをまぶし油で揚げる。
水	適宜		
そうめん	40ｇ程度	2㎝に折る	
揚げ油	適宜		

ワンポイント

＊栗の甘露煮は高価なので、なければさつま芋のみでもおいしくできます。
その場合は砂糖を少し足して下さい。

＊さつま芋の水分により、牛乳の量は調整して下さい
（柔らかいと揚げるときに破裂しやすくなります）