

保育園給食のレシピ

さつまいもスティック

分量 おとな2人
子ども2人

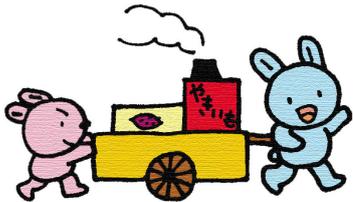
作りやすい分量で
表示してあります。

さつまいも 200g

揚げ油 適量

バター 10g

グラニュー糖 7g



《作り方》

- ① 1cm角のスティック状に切り、水にさらしてあく抜きをする。
- ② バターを溶かしておく。
- ③ ①のさつまいもの水気をきって、油で揚げる。
- ④ ③に②のバターをからめ、グラニュー糖をふる。



～ポイント～

さつまいもはよく洗い、皮ごと切ってもきれいに仕上がります。
油に入れる時は、よく水気をきってから素揚げにしましょう。

