

芋かりんとう

【 材 料 】

		(1人分)
さつま芋	・・・	45g
油	・・・	適量
砂糖	・・・	7g
水	・・・	4g
水あめ	・・・	2g
ピーナツ	・・・	6g



【 作り方 】

- ① さつま芋は拍子切りにし、水にさらしておく
- ② ①を油で揚げる
- ③ ピーナツはフードカッターにかけ細かく刻む
- ④ 砂糖・水・水あめを煮溶かし②をからめ、③のピーナツをからめる