

さつまいも堀りの後は…

# 子どもと楽しむ さつまいもパーティー!!

## おいもの皮の大学いも



材料（ピンチョス8本分）

さつまいもの皮	2本分程度
砂糖	大さじ1
サラダ油	大さじ1

作り方

- ①さつまいもの皮は2cm角に切り、水にはなしてアク抜きをしておく。
- ②フライパンにクッキングシートをしき、①を並べて砂糖と油をかけ、箸などで全体にまぶしてフライパン一面に広げる。
- ③フライパンの蓋をしめて中火にかけて1分程度加熱し、蓋を開けて砂糖がアメ状になるまで軽く炒める。

かめ代さんからひとこと！

少ない油と砂糖ですが、美味しく大学いもができます！  
クッキングシートを敷くことにより、フライパンにもくっつかず後片付けもラクです。串にさすと手が汚れないのでとっても便利！



- \* さつまいもにより、甘さや水分量が異なります。砂糖や水の分量等、お好みで加減してください。
- \* どれも素朴な味に仕上げてあります。材料を追加してアレンジを楽しんでください。
- \* レンジ、オーブンの加熱時間は目安です。機種や使用する容器によって異なりますので、お使いのものに合わせて調節してください。
- \* 本文中に表示している大さじ1は15mlです。

レシピ提供：かめ代さん

毎日のおうちごはんやおもてなし料理を綴るブログが大好評♪ お金も手間もかからない簡単美味しい料理を日々研究中！ 著書に「ササッと3分！かめ代のおうち de カンタンおつまみ」(宝島社) HP：かめ代のおうち de ごはん☆ <http://kameyo921.blog103.fc2.com/>

幼稚園・保育園の先生方に  
役立つ情報をお届けする

ぽっけ!