



スイートポテトのレシピ

<材料>

さつまいも	300g (中くらいの1本)
バター	15g
砂糖	15g
牛乳	60cc

※牛乳の代わりに、豆乳や生クリームでもOK

<作り方>

1. さつまいもは、皮をむいて火の通りやすい大きさに切り、やわらかくなるまで蒸す
2. 熱いうちにつぶして、他の材料と混ぜ合わせる
※牛乳の量は薩摩芋の固さを見て調節してください
3. 絞り袋に入れ、カップに絞り出す。
4. 180℃のオーブンで、表面に焼き色がつくまで焼いたら、できあがり！
※オーブントースターで焼いてもOKです

