








さつまいもの茶巾絞り



**材料**

- ・さつまいも (中) ……1本
- ・砂糖 ……30g
- ・塩 ……ひとつまみ
- ・牛乳 ……2さじ

**作り方**

- ①ピーラーでさつまいもの皮をむいて、2センチくらいの厚さに切る。
- ②さつまいものあくを取るため、水に10分さらす。
- ③ひだりたの水で、さつまいもが柔らかくなる(竹串がスッとささる)まで15分くらいゆでる。
- ④ゆであげたら黒をこぼし、フォークや木べらなどでつぶす。
- ⑤砂糖と塩、牛乳を加えて混ぜる。
- ⑥適当な大きさにとり、ラップで絞る。

