



かんたんレシピで気軽に作ろう!

「～さつまいもをつかったお菓子～」

1999年10月放映分レシピ

芋ようかん

材 料(4人分)

さつまいも・・・440g
さつまいも・・・160g
上白・・・180g
水・・・150cc
水・・・300cc
粉寒天・・・4g
上白・・・160g
塩・・・1つまみ

作 り 方

さつまいも440gは皮をむき、1.5cmの輪切りにして水にさらしておく。
柔らかくなるまでレンジにかけ裏ごしして置く。
さつまいも、160gは、皮付きのまま1cmのイチョウ切りにし、水150cc、
砂糖180gとともに鍋に入れて甘く煮ておく。
鍋に水300ccと粉寒天を入れて火にかけ、粉寒天が溶けたら を加え砂糖160gを加える。
砂糖が溶けたら、 を加え、中火で焦がさないように3～4分練る。練りあがる前に塩ひとつまみ
と を加えて混ぜ、流し缶に流し入れる。冷めて(4時間)から切って器に盛る。

さつまいものチーズ焼き

材 料(4人分)

さつまいも・・・200g
砂糖・・・12g
レーズン・・・12g
カッテージチーズ・80g
小麦粉・・・少々
サラダ油・・・4g
バター・・・4g

作 り 方

さつまいもは皮をむいて、水につけます。
を3cmの筒切りし、蒸気のあがった蒸し器に並べ入れ、芋が柔らかくなるまで、
20分程蒸します。
を熱い内につぶして、砂糖・カッテージチーズ・レーズンを、混ぜ合わせます。
を人数分に均等に分けて、用途に合わせてた大きさの小判型に形作ります。
フライパンと鉄板を熱し、バターとサラダ油を敷いて、 に小麦粉をまぶした物を並べて
置きます。高温のフライパンで2～3分焼き、焼き色をつけます。

スイートポテト

材 料(4人分)

さつまいも・・・240g
バター・・・60g
砂糖・・・60g
卵黄・・・2個分
ブランデー・・・18cc
卵黄・・・少々

作 り 方

ボールに材料を入れ混ぜ合わせる。
プリンカップ7個に分け入れ、オーブン180度で40分焼く。

スイートポテト

材 料(4人分)

さつまいも・・・200g
バター・・・20g
砂糖・・・30g
卵黄・・・1個分
生クリーム・・・大さじ1
餃子の皮・・・10枚
卵黄・・・少々

作 り 方

餃子を作る要領で材料を混ぜ合わせ、餃子の皮で包む。
オーブントースターで8～10分焼いたら、出来上がり。

ミルクかりんとう

材 料(1人分)

さつまいも・・・60g
油・・・適量
スキムミルク・・・6g
砂糖・・・8g
水・・・2g

作 り 方

さつまいもは拍子木切り西、良く乾かしておく。
を油で揚げる。弱火にかけ、焦げる直前まで良く煮詰め、 に絡める。