

ふっくらもちもち さつまいものつき揚げ



【材 料 (20 個分)】

- さつまいも 500 g
- 小麦粉 100 g
- 卵 1 個
- 砂糖 100 g
- 塩 10 g
- しょうがの搾り汁 大さじ 1

【作 り 方】

- ① さつまいもの皮をむき、塩水に1～2時間浸けてアクを抜く。
- ② いもを切って蒸し、熱いうちにつぶす。
- ③ ②へ分量の小麦粉を入れ、よくつく。
- ④ 粗熱がとれたら卵を入れ、砂糖、しょうが汁、塩を加えてよく混ぜる。
- ⑤ 少し厚みを持たせた直径4～5 cmの円盤状にし、180℃の油で揚げる。
最初は温度を高く、あとは少し温度を下げてじっくり火を通す。

◎レシピ提供 防府市生活改善実行グループ連絡協議会 阿部さんグループ