

米粉さつまいもボール

今月のおすすめ



～材 料～
子ども4人分

さつまいも	200g
マーガリン	15g
砂糖	15g
上新粉	30g
黒ごま	5g
揚げ油	適量



～作り方～

- ① さつまいもの皮を剥き、適当な大きさに切って茹で、上がったら水切りしておく。
- ② ①をボウルに移し、潰してからマーガリン、砂糖、上新粉、黒ごまの順に加えていき、ひとまとまりになるまでこねる。
- ③ ②を直径2センチ程の球状に丸め、180℃の油できつね色になるまで揚げて出来上がり。

