

さつまいもの巾着絞

材料	分量（4人分）
さつまいも	500g
砂糖	100g
塩	小さじ1/2
甘納豆	適量

《作り方》

1. さつまいもは皮をむき、2cm ぐらいの輪切りにして蒸す。
2. やわらかくなったら熱いうちにつぶし、砂糖と塩を加える。
3. 食べやすい大きさに丸め、甘納豆をつけて形をととのえる。



【ポイント】

- ① さつまいもを蒸すと適度な水分でしっとり仕上がり、茹でた時のよう水っぽくなりません。
- ② 熱いうちにつぶした方が、なめらかに仕上がります。裏ごしするとさらになめらかになり、食べやすくなります。
- ③ 甘納豆のほか、甘栗を入れて丸めるのもおすすめです。2で味を整えたさつまいもを半分に分け、色付けに抹茶をまぜて2色の巾着にすると見た目も華やかになります。

