



いが栗坊や



***材 料* 4人分 ***

・さつまいも	240 g	・卵	1 個
・栗（甘露煮）	4 粒	・白 いりごま	20 g
・砂 糖	15 g	・油（揚げる用）	適 量
・牛 乳	20 g		

作 り 方

1. さつまいもは皮をむき、適当な大きさに切って、つぶせる程度の固さに茹でて、マッシャーなどでつぶす。
2. 1に砂糖、牛乳を加えて、弱火にかけながら練る。
3. 2を4等分にして、栗を入れて包み、団子状に丸める。
4. 溶き卵を作り、3をつける。ごまをまぶして油で揚げる。



ごまを「そうめん」に変えると、
より、いが栗になりますよ(^^♪

こんな感じです →

