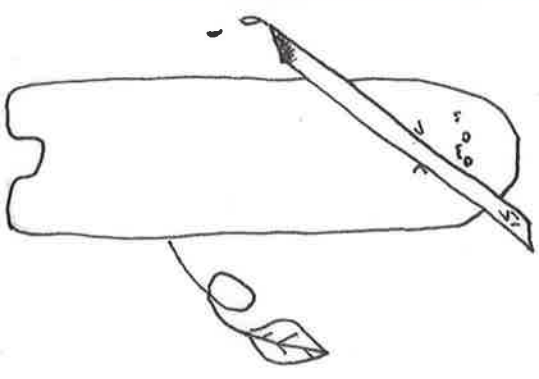


『芋けんぴもさつまいもドリンクをええて〜』



芋けんぴ



材料 芋けんぴ

- さつまいも 2分の1本
- 砂糖 大さじ2
- 水 大さじ7
- はちみつ 大さじ2
- 酢 小さじ1

さつまいも ドリンク

- さつまいも 2分の1本
- 水 100cc
- 牛乳 250cc
- 砂糖 大さじ2
- ココナツパウダー 大さじ1

1 さつまいもを細めに切る

(水につけておく)

オーブンで220℃に

あたためておく

2 オーブンで170℃に

をひいて、水気を切った
さつまいもを並べて焼く

(10~15分)

3 フライパンにさつまいもオイル

を入れて煮詰める

4 国が冷めないうちに

さつまいもを入れて絡める

— 完成! —

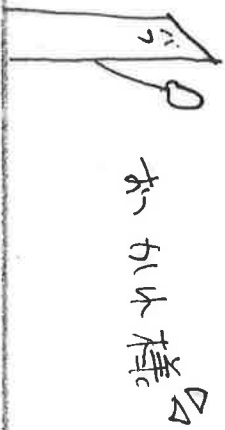
1 さつまいもをひく

2 パイプ状にカットする

3 ミキサーにさつまいも、

ココナツパウダー、
牛乳、水を入れて混ぜる

— 完成! —



おかし様