

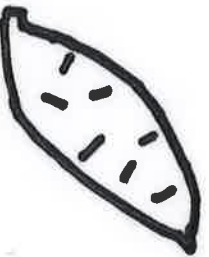
・『さつまいものスイートポテト

』



さつまいも： $\frac{1}{2}$ 本(100g) 砂糖： $\frac{1}{2}$ 大さじ1 バター： $\frac{1}{2}$ g 生クリーム： $\frac{1}{2}$ 大さじ2
卵黄： $\frac{1}{2}$ 個 黒ゴマ：適量

1. さつまいもを洗って皮をむき、水に5分ひたしてから5分茹でる。
2. さつまいもに火が通ったらサランに包み、電子レンジで1分加熱。
3. 砂糖、バター、生クリームを入れる。なめらかにして冷める。
4. 卵黄を形を整え、卵黄をぬいゴマをかける。トースターで焦げ目が付くまで焼く
(1200Wで15分)



1(^o^) /