



No.108 コロコロスイートポテト

～ ラップで丸めてココア風味 ～

ざいりょう ふたりぶん
☑材料 2人分

- さつまいも 正味 150g
- 砂糖 大さじ 1/2 (4.5g)
- バター 大さじ 1 (12g)
- ミルクココア 大さじ 1/2 (3g)



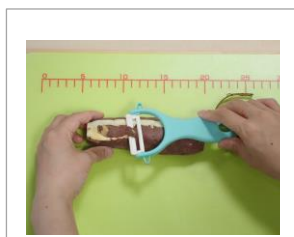
レベル 2★★



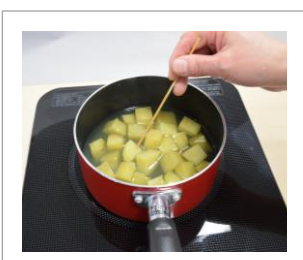
さつまいもはかたいので、
大人がサポート

つくりかた
<作り方>

①さつまいもは皮をむき、2cmでいどの厚さに切り、水にさらしアクを抜く。



②鍋にさつまいもと水を入れゆでる。竹串がささるくらいになったら湯を捨てる。



ヤケドに
注意！

電子レンジ 600W の場合



水大さじ3を加え
ラップをして
3分30秒程度加熱

③熱いうちにつぶし、砂糖とバターをまぜ合わせる。



④6個に丸め、皿に盛りつけミルクココアをふりかける。(茶こしを使うとよい)

