

スイートポテト

材料（4～5人分）

さつまいも 300g、牛乳 50cc、三温糖（砂糖） 50g（大さじ 5）、卵小 1/2 個、マーガリン 15g、卵黄 1 個分、みりん 2g

- (1) さつまいもは皮をむいて蒸し、つぶしておく。
- (2) 鍋にマーガリンを溶かし、さつまいも・牛乳・砂糖・とき卵を加えて練り上げる。
- (3) アルミケースに(2)を入れ、上に卵黄 1 個分とみりん小さじ 1 強を混ぜたものを塗り、オーブンで焼く。



栄養士からのコメント

焼き芋に飽きた時に！簡単ですが味は本格的です。
オーブントースターでも焼けます。