

**材料 35gで18個分**

さつまいも(正味)	300g
砂糖	70g
水	50cc
レモン汁	20cc
くちなしの実	1個
りんご	1/2個
キウイ	1個
パイナップル(缶詰)	1枚

**調理時間 30分****作り方**

1. さつまいもは洗ってから両端を切り落とし、輪切りにして水にさらします。  
くちなしの実は、お茶袋に入れて包丁の柄を使って割ります。(割らずに使うと発色がよくないです)
2. 1. のさつまいもを鍋に入れて、ひたひたの水を入れ、くちなしの実を加えて火にかけます。
3. さつまいもに火が通ったら、熱いうちに裏ごしします。



4. 3. を鍋に戻し入れ、砂糖・水・レモン汁を加えてポツテリとするまで練り上げます。



5. 小さく切った果物を加えます。



6. 1個35gで茶巾に絞ります。



#### アドバイス

◎甘くておいしい「きんとん」です。冷蔵庫で4～5日と日持ちも良く、お弁当のおかず向きです。たくさんできたら1個ずつラップに包んで冷凍しておきましょう。