



材料 作りやすい量

さつまいも	250g
〈糖蜜〉	
砂糖	大さじ5
水	大さじ2
黒ゴマ	適量

調理時間 25分

作り方

1. さつまいもは洗ってから皮つきのまま小さめの乱切りにして水にさらします。
2. 1. のさつまいもを一つずつキッチンペーパーで水気を拭き取り、160℃の揚げ油で4分揚げます。(芋の中心に火を通すイメージ)
3. 揚げたさつまいもは10分程休ませてから、今度は180℃の油で2分揚げます。(表面をカリッとさせるイメージ)



4. 鍋に砂糖と水を入れて火にかけ、トロリとするまで水分を飛ばします。



5. 大きめのボウルにさつま芋を入れて熱々の糖蜜をまわしかけて混ぜてゴマをふります。



アドバイス

- ◎ さつま芋を揚げるだけの簡単なおやつです。お試しください。
- ◎ 二度揚げすることで食感もよく、おいしくできます。