



















さつま芋の揚げ団子



材料(4人前)

- 
- さつま芋 約1本(220グラム)
- 
- 団子粉 大さじ6
- 砂糖 大さじ3
- 
- 黒ごま 小さじ2
- 水 大さじ3
- 塩 適量
- 
- サラダ油 適量

作り方

- 
- ① さつま芋の皮を剥き、適当な大きさに切る。  
電子レンジ等で、柔らかくなるまで蒸す。
- 
- ② ①のさつま芋を滑らかになるまでフォーク等で潰し、  
団子粉と砂糖・黒ごま・水を加え、よく混ぜ合わせる。
- 
- ③ ②の芋をお好みの大きさに丸め、180℃の油で揚げる。
- 
- ④ ③の芋がこんがりきつね色になったら、塩を振って  
完成です♪