



[スィートポテト]	[一人分の分量]
さつまいも	52 g
砂糖	2.8 g
塩	少々
バニラビーンズ	少々
牛乳	2 g
バター	1 g
生クリーム	4 g

[作り方]

- ①さつまいもの皮をむいて厚めの半月に切り，電子レンジでやわらかくなるまで加熱する。
- ②①をつぶし，その他の材料をすべて混ぜ合わせる。
- ③食べやすいサイズに成形する。
- ④オーブンかトースターで焼き色がつくまで焼いたら完成。



「ルルとらのスィートポテト」という本を参考に作りました。

