

♡さつまいもボール♡

旬の時期は
11月~2月



材料 (1人分)	
さつまいも	35g
片栗粉	8g
卵	4g
砂糖	3g
薄力粉	2g
牛乳	2g

(作り方)

- ① さつまいもは皮をむき、スライスして水にさらした後、柔らかくなるまで茹でてつぶしておく。
- ② 片栗粉と薄力粉は混ぜ合わせておく。
- ③ 卵は割りほぐし、牛乳と混ぜ合わせておく。
- ④ ③に②を加えて混ぜ、①を混ぜて一口大に丸めて揚げる。

