

◆どんだへ



材料 6個分

食材

- ・ さつまいも 1本(約200g)
- ・ 米粉 50g

調味料

- ・ きなこ 適量
- ・ 砂糖 適量
- ・ 塩 少々

作り方

01 下ごしらえ

- 1.皮をむき、一口大に切ったさつまいもを水にさらし、蒸し器で柔らかくなるまで蒸す



02 つぶして、こねる

- 1.蒸したさつまいもをつぶし、米粉を入れてこねる



03 蒸す

- 1.こねたさつまいもを、一握りずつ蒸し器に入れて、7~8分蒸す
- 2.蒸しあがったら、よく混ぜる



04 まぶす、盛り付けて完成

- 1.きなこ、砂糖、塩を混ぜたものまぶす
 - 2.盛り付けて完成
- (※中にあんこを入れてもおいしくいただけます)

