

1月26日 おやつ

おにまんじゅう

【材料 4人分】

さつまいも	200g
小麦粉	60g
砂糖	18g
塩	少々
水	50cc



【作り方】

- ① さつまいもは皮を残したまま、1cm角に切り、水につけておく。
- ② さつまいもの水気をよく切り、砂糖、塩をいれ、からめるように混ぜる。
- ③ ②へ小麦粉を入れよくまぜ、水を少しずついれ、練るように混ぜていく。
- ④ クッキングシートに生地をのせ、蒸し器で15分ほど蒸して完成！

☆最後に混ぜる時に、トントン突くように混ぜるともちりとした食感に仕上がります。

☆蒸し器がない場合は電子レンジでもできます。その場合は耐熱皿に入れ、ラップをして500wで6～7分加熱をして下さい。途中で様子を見ながら行くと加熱し過ぎなど防げます。