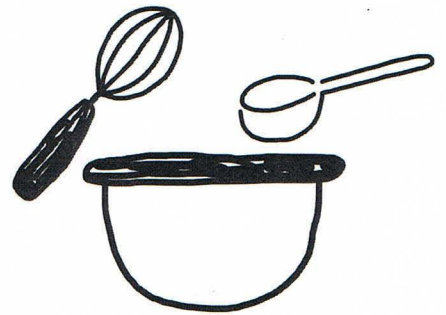


さといもおはぎ

* 材料(一人分) *

- ・ 米…16g
- ・ さといも…16g
- ・ きなこ…4g
- ・ 三温糖…2.4g
- ・ 塩…0.16g



* つくりかた *

- ① 洗って浸けておいた米にさといもをのせ、塩を少し入れて炊きあげる。
- ② 炊けたら熱いうちに、すりこぎでつぶす。
- ③ きなこ、三温糖、塩を混ぜ合わせておく。
- ④ 粘りがでたら、一口大の大きさに丸め、③をまぶしてできあがり。