

りんご入りスイートポテト



材料(作りやすい量).....

さつまいも	150g
りんご	1/4個
ステップキューブ	4個
お湯	40ml
卵黄	1/2個
水	30cc

作り方.....

- ①さつまいもの皮をむきレンジで柔らかくなるまで蒸す
- ②ステップキューブを水でとく
- ③①に②を少しずつ入れながら練り上げる
※水気が多くならないように気を付ける
- ④りんごの皮をむき芯をとって5mmくらいの角切りにする
- ⑤④と水を鍋に入れ、弱火で煮込む
- ⑥りんごが柔らかくなったら取り出し、③に入れて一緒になじむように練り上げる
- ⑦好きな大きさに丸めてといた卵黄をぬる
- ⑧180℃に温めたオーブンで10分焼いたらできあがり♪

レシピポイント.....

りんごのほんのりとした甘さで砂糖を使わなくてもお子さまが好む味です。
手づかみでも食べやすいから、手づかみ食べの練習にも♪

