



野木町地産地消メニュー



⑥4 さつまいものドーナツ



調理時間 30～40分

外はカリッと、中はほくほく
さつまいものしずんな甘みが美味し
い！おやつにどうぞ

食材と旬
9～10月

【材料】

さつまいも	300g
片栗粉	大さじ4
牛乳	大さじ3
バター	10g
砂糖	大さじ2
バニラエッセンス	適量
サラダ油	

【作り方】

- ① さつまいもは皮をむき一口大に切り、水につけてあくを抜く。
- ② 鍋にさつまいもにかぶるくらいの水を入れ、柔らかくなるまでゆでる。電子レンジで加熱しても良い。
- ③ ボウルに砂糖とバターを入れ、すり混ぜる。
- ④ ゆであがったさつまいもと牛乳を加えつぶしながら混ぜる。
- ⑤ 全体がまざったら、片栗粉とバニラエッセンスを加えさっくりと混ぜる。
- ⑥ さつまいもの粗熱がとれたら、一口大の団子状にまるめる。
熱いうちに揚げると破裂しやすいので注意！
- ⑦ 180℃の油で、きつね色になるまで揚げる。

～ひとくちメモ～

さつまいもがまとまりにくい時は、片栗粉を増やすとしっかりと仕上がります。