



野木町地産地消メニュー



119 さつま芋チュロス



調理時間 25～30分

さつまいもがほんのり甘い、カリカリのチュロスです。

食材の旬
さつまいも
秋～冬

【材料】

さつま芋	中1本
砂糖	大さじ2強
米粉	1/2 カップ強
熱湯	1/4 カップ
溶き卵	1個
揚げ油	適量

【作り方】

- ① さつま芋は1cm厚さの半月切りにし皮をむき、鍋に入れ、かぶる位の水を加え茹でる。さつま芋がやわらかくなったら、お湯を捨て、フォークなどでつぶす。粒が残るようなら、裏ごしする。
- ② ①に砂糖を加え混ぜる。次に米粉を加え混ぜる。熱湯も加え混ぜ合わせる。溶き卵は少しずつ加えて混ぜる。
- ③ 生地がしぼり袋に入れて、しぼれる位のやわらかさにする(固いようなら水を加えて調整する)。
- ④ 星型の金口の付いたしぼり袋に②の生地を入れ、しぼり出す。4～5cm長さに切る。170度の油で、裏返ししながら全体がカラッときつね色になるまで揚げる。

※破裂防止のため、必ず星型の口金が付いたしぼり袋を使う。

～ひとくちメモ～ なめらかになるのでチュロスには最適。油の温度は170度くらい。冷凍の時は180度くらいで。色が付いてきたら少し温度を下げてください。