大学芋

＜材料 ４人分＞

さつまいも	２２０ｇ	しょうゆ	2ｇ
油	１２ｇ	水	１０ｇ
砂糖	１８ｇ	黒ごま	2ｇ

こども園では、揚げずにスチームコンベクションで焼いています。
揚げるのが大変な時は焼いても大丈夫ですよ♪

＜作り方＞

① さつまいもは皮をむき、乱切りにする。

② 油を熱し、さつまいもを素揚げする。

③ 鍋に砂糖・しょうゆ・水を入れて、火にかける。とろっとしたら火を止め、②を入れてからめる。

④ 最後に黒ごまを加えて混ぜ合わせる。