

ほぴあこども保育園



いがぐりくん

目と味で秋を感じよう♪

【材料 1人分】

さつまいも	35g	薄力粉	3g
マーガリン	2.5g	卵	3g
三温糖	2g	水	2g
スキムミルク	4g	そうめん	2g
		油	5g

【作り方】

① さつまいもを茹で、潰し、マーガリン・三温糖・スキムミルクを入れよく混ぜ合わせ丸める

② 薄力粉・卵・水を溶いたものに①をつけ、短く折ったそうめんをまぶす

★そうめんは上からかけるようにしてまぶすと
だまにならずつけやすい★

③ 油でこんがりと揚げる

