

## g-max cooking no.40 パリパリほくほくスイーツポテト



熱い！冷たい！新感覚の  
パリパリほくほくのスイーツ  
ポテトです★  
一度食べたらやみつきになる  
美味しさです(^ ^)

### [材料]

- さつまいも 1本 (200g)
- そうめん 1束
- 片栗粉 適量
- 卵 1個
- 塩 適量
- コンデンスミルク 小さじ4
- レーズン 20g
- 揚げ油(米油) 適量
- アイスクリーム 適量

### [作り方]

- ① さつまいもの皮をむき、小さめのコロコロに切る。
- ② 蒸気鍋にお湯をはって、さつまいもをのせたトレーをセットし、火力「強」でタイマー「10分」にセットする。
- ③ 蒸したさつまいもをボウルに移して、フォーク等でつぶす。
- ④ レーズン、コンデンスミルク、塩ふたつまみを加えて混ぜて、あら熱をとる。
- ⑤ 衣の準備。そうめんを保存袋に入れて細かく折り、バットに移す。卵1個を割りほぐしておく。
- ⑥ あら熱をとったさつまいもを好きな形に丸めて、片栗粉→卵→そうめん衣の順につけていく。
- ⑦ チャイナパンに油を適量入れて温め、火力「4」で衣のそうめんがきつね色になるまで揚げる。

監修：  ジーマックス株式会社 管理栄養士

Memo