

がっこうきゅうしょく
★学校給食レシピ★

あ つく がた
いがぐり揚げの作り方

ざいりょう りぶん
〈材料 1人分〉

※大量に作る給食の1人分量です。お好みに合わせてご家庭で調整が必要です。

■さつま芋あんざいりょうの材料

- ・さつま芋…30g
- ・砂糖…2g
- ・有塩バター…1g
- ・塩…0.05g

■衣ころもの材料

- ・薄力粉…4g
- ・水…2g
- ・乾燥そうめん…10g
- ・揚げ油…適量



つく がた
〈作り方〉

- ① さつま芋あんを作る。
さつま芋をよく洗い、皮をむいて、いちょう切りに切り、鍋で蒸して、マッシャーでつぶす。
つぶしたさつま芋に、砂糖、溶かした有塩バター、塩を入れてよく混ぜ合わせる。混ぜ合わさったら、小さいボール状にさつま芋あんを丸める。
- ② 衣をつけて、油で揚げる。
揚げ油を180℃に温度を上げておく。
薄力粉と水を混ぜ合わせて、バター液を作っておく。
乾燥そうめんを2cm幅に折っておく。

丸めたさつま芋あんに、バター液をつけたあと、折った乾燥そうめんをまぶして、170℃の油で揚げる。
きつね色になったら、油から取り出し、よく油をきって完成！