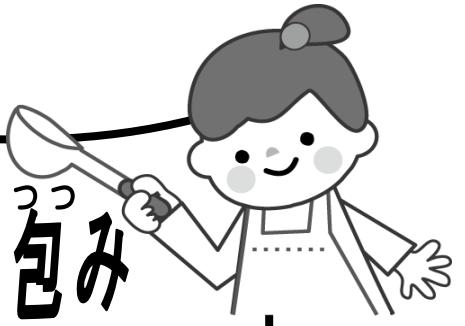


さつまいもとひき肉のしゅうまい包み



【材料】(2人分)



さつまいも	1/2本
しゅうまいの皮	10枚
合挽きミンチ	30g
たまご	1個
塩・粒こしょう	少々
グラニュー糖	少々
揚げ油	適量

- ① さつまいもをレンジで温め、つぶして形のない状態にする。
- ② ひき肉を炒め、塩、粒こしょうを入れ、さつまいもとあえる。
- ③ 卵に塩を少し加え、②と混ぜる
- ④ ③を10等分し、皮で包む。
- ⑤ 180℃に熱した油で揚げる。
- ⑥ ⑤にグラニュー糖をまぶす。

しょいく
飲食レシピコンテスト 応募322通の中から選ばれました。

