

給食室からこんにちは!



給食レシピ! 作ってみてね

<キャラメルポテト>

ざいりょう
材料4人分

- さつまいも・約300g (中1本)
- 揚げ油

(タレ) *三温糖12g (大さじ1)

*バター5g (小さじ1強)

*水6g (小さじ1強)

つくかた
作り方

④ さつまいもは、よく洗いキャラメルぐら
いの大きさに切る(1cm~1.5cm)。
切った後、水にさらして、よく水分を切っ
てから、油で揚げる。

⑤ タレの調味料を合わせて、加熱する。

⑥ ①のさつまいもを②のタレで和える。

*ポイント! (さつまいもは、低温(160℃~170℃)の油で
ゆっくり揚げると、芋の甘味が増えて美味しくなります。

給食室からこんにちは!



給食レシピ! 作ってみてね

<キャラメルポテト>

ざいりょう
材料4人分

- さつまいも・約300g (中1本)
- 揚げ油

(タレ) *三温糖12g (大さじ1)

*バター5g (小さじ1強)

*水6g (小さじ1強)

つくかた
作り方

① さつまいもは、よく洗いキャラメルぐら
いの大きさに切る(1cm~1.5cm)。
切った後、水にさらして、よく水分を切っ
てから、油で揚げる。

② タレの調味料を合わせて、加熱する。

③ ①のさつまいもを②のタレで和える。

*ポイント! (さつまいもは、低温(160℃~170℃)の油で
ゆっくり揚げると、芋の甘味が増えて美味しくなります。