

大学いも

スチームモード

ホットエアモード

コンビモード

合計加熱調理時間 約20分

[1人分：194kcal／食塩相当量：0.3 g]

ホクホクのさつまいもと甘いミツがクセになる定番おやつ。



材料（16人分）

さつまいも（食べやすい大きさに切る）	1200g
サラダ油	大さじ6
<材料a>	
砂糖	100g
みりん	120g
しょうゆ	30g
酢	30g
黒ごま	10g

※掲載レシピはクックエブリオ ミニ専用のものとなります。

※掲載レシピは2段で検証をおこなっています。

分量

16人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	40%	15分	230℃
2	コンビ	0%	5分	230℃

下ごしらえ

- ・さつまいもは水にさらし、水気を取る。
- ・<材料a>は混ぜ合わせる。

作り方

1. 40mmのホテルパン2枚にオープンシートを敷いてさつまいもを並べ、サラダ油を回しかけて【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 加熱完了後、1のホテルパンを取り出し、<材料a>をかけて混ぜあわせ【設定2】で予熱後、加熱する。
3. 加熱完了後、全体を絡めて器に盛り、黒ごまをふる。



調理ポイント

◆アイスクリーム、ホイップクリームなど、お好みのトッピングで仕上げてよい。