

秋におすすめ！！ おやつにもどうぞ

さつまいもとりんごの甘煮

【 材料 】(おとな2人子ども2人分)

さつまいも	中 1 本(250g)
りんご	1/2 個
砂糖	大さじ 2
レーズン	大さじ 1



【 作り方 】

- ① さつまいもは厚めに皮をむき、厚さ1cmの輪切り、又は半月切りにし、水にさらしておく。
- ② りんごは皮をむき、1/4のくし切りにし、厚さ1cmのいちよう切りにする。
- ③ レーズンはぬるま湯に浸けておく。
- ④ 鍋に①を入れ、さつまいもがかぶる位の水を入れて火にかける。沸騰してきたら、②と砂糖を加え、やわらかくなるまで煮る。煮あがる頃に、水気をきった③を加える。

※ 最後にバターを小さじ1、加えてもおいしいです。