

# チャイナポテト

## 副菜



チャイナポテトは、大学芋に似ていますが、中国料理の「蜜濺紅芋（ミーチエンホンユイ）」の作り方が由来とされています。※諸説あり  
揚げたさつまいもに、砂糖と水で作ったタレを絡めています。

### 【材料】 大人 4 人分

さつまいも……………中 1 本  
揚げ油……………適量

### ●たれ

A [ 砂糖……………大さじ 3  
水……………大さじ 2

### 【作り方】

- ① さつまいもをよく洗い、乱切りにする。
- ② ①を火が通るまで油で揚げる。（電子レンジで加熱した後に、揚げると早く火が通ります）
- ③ 鍋に調味料 A を入れ、弱火にかけ煮詰める。
- ④ ②のさつまいもに、③のたれをかけて軽く混ぜ合わせる。

※給食センターでは、水あめを使用しています。

水あめを使用する場合は、  
水あめ……………小さじ 2  
砂糖……………大さじ 2  
水……………大さじ 1

水あめを使用するとツヤが出て、タレが固くなりにくくなります。