

# いが栗ぼうず揚げ



## 材 料（10 個 分）

サツマイモ	……………	大 1 本
生クリーム	……………	大さじ 1
砂糖	……………	大さじ 1
市販の焼き栗	……………	10 粒
そうめん	……………	1 束
卵	……………	1 個
小麦粉	……………	適量
サラダ油	……………	適量

## 作 り 方

- 1 ) サツマイモの皮を剥いて 1 cm幅に切り、5 分間水に浸けてから茹でる。柔らかくなったらザルにあげて水を切り、鍋に戻してカラ煎りして水分を飛ばす。
- 2 ) ①のサツマイモをなめらかになるまでつぶし(裏ごししてもOK)、生クリームと砂糖を加えて混ぜる。10 等分にし、焼き栗を包んで丸める。
- 3 ) そうめんは袋に入れて麺棒で細かく砕く。卵は大さじ 1 の水と合わせ、溶き卵にしておく。
- 4 ) ②に、小麦粉→溶き卵→そうめんの順に衣を付け、170℃の油でキツネ 4 色になるまで揚げる（焦がさないように注意する）。



見た目も可愛いおやつだよ！

他のレシピはこちら!!



JAこうか  
旬のレシピ集

<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>

