

## レシピ紹介 \* さつま芋トースト



今月のお楽しみ会は、くま組さんのクッキングでした。さつま芋がとっても甘く良い匂いでペーストだけでもおいしいのですが、ごまをかけてトーストすると香ばしく、さらにおいしいいただけます。手軽にできますのでぜひ子どもさんとご家庭でも作ってみてください。

※さつま芋は保護者の方から頂きました。ありがとうございました。

### 【材料:2~3枚分】

- ・食パン... 2~3枚(8枚切り)
- ・さつま芋...1本(200~250g)
- ・いりごまとすりごま...適量  
(調味料)
- ・砂糖...大さじ2      ・牛乳...小さじ1
- ・醤油...小さじ1      ・みりん...小さじ1
- ・マーガリン(パンに塗る用)...適量

### 【作り方】

1. さつま芋は1cm角に切ります。  
蒸し器で15分加熱、または耐熱容器に入れ電子レンジ600Wで4分加熱し、つぶします。
2. さつま芋に調味料を加えてペースト状になるまで混ぜます。水分が少ない時は、牛乳を足します。
3. パンにマーガリン、さつま芋ペーストを塗りごまをかけてトースターで5分加熱します。