

さつまいものいとか煮

ほっくりさつまいもと小豆、まろやかな甘いおかずです



材料(4人分)

さつまいも	……	2本
だし	……	適量
砂糖	……	大さじ1
ゆであずき	……	大さじ5
塩	……	少々

作り方

- 1 さつまいもは皮付きのまま、乱切りにして水にさらしておく。
- 2 なべにさつまいも、砂糖と8分目くらいのだしを入れる。
- 3 沸騰したら弱火にしてふたをして、10分程度煮る。
- 4 ふたをあけて、ゆであずきを入れさらに2-3分程度水分をとばすように煮る。少し煮詰まったら塩少々で味を調える。