

さつまいものオレンジ風味

さっぱりとさつまいもをしあげました。おやつにもおかずにも。



材料(4人分)

さつまいも	……	300g
オレンジジュース	……	300ml
みりん	……	大さじ1
塩	……	ひとつまみ

作り方

- 1 さつまいもは皮付きのまま、1cmくらいの厚さの輪切りにして水にさらす。
- 2 さつまいもとオレンジジュースを鍋に入れ弱火で煮る。
- 3 いもが柔らかくなったらみりん、塩を加え汁気が少なくなるまで煮る。