

# ねったぼ

さつまいもを米と一緒にたきこんで簡単に作るができるおやつです



## 材料（5-6個分）

さつまいも	……	小2本
米	……	1カップ
もちきび	……	大さじ1
水	……	1カップと大さじ1
塩	……	小さじ1/2
きな粉 砂糖 塩	……	適量

## 作り方

- 1 米を洗って水につけておく。
- 2 さつまいもは洗って皮をむき、乱切りにし、水につけてあくをぬく。
- 3 炊飯器に米、さっと洗ったもちきび、塩、分量の水を入れ炊く。
- 4 炊きあがったら蒸らし、混ぜてすりこぎでつぶす。
- 5 少し粒が残るくらいにつきませ、手に水をつけ丸める。
- 6 バットにきなこ、砂糖、塩を混ぜたものを入れ、5 を入れ粉をまぶしつける。