

カテェネ 農食ツアーリズム 「さつまいも」を使ったレシピ



クリームチーズと プルーンの芋きんつば

さつまいもとプルーンが
絶妙のコラボレーション
濃厚な洋風きんつば



おいしく作るポイント



POINT 1

生地が厚さが均等になるように四角に包みます



POINT 2

生地を少し押さえるようにして焼き目を付けます

〈材料 (5個分)〉

- さつまいも 中1本 (200g)
- 牛乳 25ml
- グラニュー糖 35g
- クリームチーズ 個包装5個 (90g)
- 干しプルーン 5個
- サラダ油 少々

衣

- 白玉粉 10g
- 薄力粉 40g
- 水 70ml
- 砂糖 大さじ1/2
- 塩 少々
- シナモンパウダー 少々

〈作り方〉

- 1.衣を作る。白玉粉、薄力粉、水、砂糖、塩、シナモンパウダーを混ぜ、よく溶けるまで15分ほど置く
- 2.さつまいもの皮をむいて3cm幅の一口大に切り、水にさらす
- 3.耐熱容器に水気を切ったさつまいもと牛乳を入れてラップをし、600Wの電子レンジでやわらかくなるまで7分(500Wなら約8分)ほど加熱する。取り出したら熱いうちにマッシャーなどでつぶしておく
- 4.3が冷めたらグラニュー糖を加え、ゴムベラで混ぜ、5等分にしてラップの上に広げる
- 5.4の上にクリームチーズとプルーンをのせ、四角に包む (Point1)
- 6.フライパンに薄くサラダ油を引いて熱し、1の衣に5を少しずつ浸しながら、中火で焼き目が付くまで30秒ほど一面ずつ焼く (Point2)