

兵庫県 三田市

さつまいもの炭酸せんべい



材料 ^{てんぱん} (天板 2まい分)

さつまいも	400g
きびざとう	20～80g
*さつまいものあまさが足りない時は、量をふやす。	
じゅうそう	小さじ 1/2
らんおう	1こ分
黒ごま	大さじ 3

作り方



1. さつまいもをやわらかくむし、
温かいうちに皮をむき、マッシャーでつぶす。



2. きびざとうとじゅうそうをまぜて入れ、
らんおうと黒ごまも加える。



3. 天板 (てんぱん) 2枚にオーブンシートをしき、
③を半分づつのせ、うすくのぼす。



4. 120℃のオーブンで 50分～1時間、焼く。



5. オーブンシートからはがして、うらがえしにして、
さらに 10分焼く。



6. 冷ましてから、食べやすい大きさにわる。