

簡単美味しい さつまいもきんぴら

調理時間 10分



材料

さつまいも	200 g
バター	小さじ 4
砂糖	小さじ 2
醤油	小さじ 2
いりごま	小さじ 2
ごま油	小さじ 1

- ①さつまいもは皮ごと綺麗に洗い厚さ**5mmの斜め薄切り**にし、さらにそれを5mm幅に切り、水に3～4回さらす。
- ②火は中火で炒めるフライパンにバター**小さじ2**をとかし、①の水気をよくきって加え、いためる。
- ③全体にバターがまわり、ほぼ火が通ったら、砂糖、醤油の順に加え、さつまいもにからめる。次にごま油小さじ一杯を入れる
- ④残りのバター**小さじ2**を加え、黒ごまを全体にまぶす。



②では、だいたい5分でさつまいもが黄色になったらいいです！

