

献立紹介

電子レンジで素朴なおやつ

おさつりんご



材料 ● 2人分

さつまいも 1本 (200g)
りんご 1個 (200g)

砂糖 大さじ2
レーズン 大さじ1
バター 15g

作り方

- ① さつまいもは、厚めに皮をむいて厚さ5mmの半月切りにし、水にさらしておく。レーズンはぬるま湯に2. 3分つけておく。
- ② りんごは8等分にして皮をむき、芯をとって厚さ1cmのいちよう切りにする。
- ③ 耐熱ボウルにりんごを入れ、砂糖をまぶす。
- ④ ③へさつまいも、レーズン、小さく切ったバターを入れ、やさしくラップをして約3分加熱する。
- ⑤ ④の中身を木べらなどで一度混ぜ、もう一度ラップをして約3分加熱する。

ここがポイント

- ★ 加熱時間は、加減してください。
- ★ 深めのボウルを使い、ラップにバターがつかないようにします。

