

## さつまいもとリンゴのカップケーキ&さつまいもチップス

わが家には、鹿児島産のさつまいも「紅はるか」、長野産のりんご「とき」があったので、これを使って2種類のスイーツを。材料を切って混ぜて焼くだけ。片付けまで入れて30分。後は冷めるまで待って、秋色を楽しみましょう。

### 【材料】

### 6カップ分

<input type="checkbox"/> さつまいも(紅はるか)	50g
<input type="checkbox"/> りんご(とき)	1/2個
<input type="checkbox"/> ホットケーキミックス	60g
<input type="checkbox"/> 卵	1個
<input type="checkbox"/> 牛乳	20cc
<input type="checkbox"/> 砂糖	20g
<input type="checkbox"/> バター	30g



### 【作り方】

1. さつまいも(紅はるかを使用)の皮をむき、1cm角に切って、10分間水にさらす。
2. ラップをして600Wの電子レンジで2分(根菜のメニューがあればそれでもOK)。
3. バターを20秒加熱して溶かしておく。
4. オーブンを170℃に予熱。
5. リンゴは皮付きのまま1cm角に切る。
6. 卵1個をボールに入れ、白くなるまで混ぜ、そこに砂糖20gを入れてしっかり混ぜる。
7. 続いて溶かしバター20g、ホットケーキミックス50gをふるいながら入れて混ぜる。そこに、さつまいも、リンゴを入れて軽く混ぜる。
8. 4をカップの半分ぐらいまで入れ、上から飾り用の黒胡麻をパラパラとふる。
9. 170℃のオーブンで20分焼けば完成!

### さつまいもチップス

0. 塩レモンバターの準備。バター10gを電子レンジで20秒加熱。そこに1/4個分のレモンを絞り込んで入れる。
1. そこにレモン皮の黄色ところだけを薄く切り取り、細かく刻んで入れる。
2. さつまいも50gの皮を丁寧に洗い、端を切り落とした後、皮付きのまま薄くスライス(スライサーがあれば便利)。すぐに10分間程度水にさらす。
3. さつまいもを1枚ずつキッチンペーパーに包み、水気をしっかりとる(ここがポイント、野菜の水切りを使うのも良い)。
4. さつまいもにハケで薄く1で作った塩レモンバターを塗る。
5. 天板にクッキングシートを敷いてさつまいも並べ、170℃で12分。薄く色がついたら、取り出して20分ぐらい冷ます(または170℃に熱した油でカリッとするまで揚げる)。冷めるとパリッとする。