

さつまいものコロッケ



《材料》（10個分）

さつまいも 2本
すりごま・生クリーム・塩・牛乳 各少々
パン粉・卵・小麦粉・油 各適量
合わせ味噌材料
（味噌 大さじ3 酢 大さじ2
砂糖 大さじ1 生姜 少々）

《下準備》

- ① さつまいもは茹でてやすい大きさに切る。
- ② 合わせ味噌の材料は混ぜ合わせておく。
- ③ 卵は溶き卵にしておく。

《作り方》

1. ①を柔らかく茹でて水気を切る。
2. ボウルに1を入れて、フォークの背などで潰す。
3. 2にすりごま、生クリーム、塩、牛乳を入れて合わせる。
4. 3をよく練り小さく丸める。
5. 小麦粉、③ パン粉の順につけて油で揚げる。
6. 器に5を盛り付けて②をかけていただく。

オススメポイント

さつまいもとクリームのやさしい味です。おかずにはもちろん、ほんのり甘味があるので、おやつ感覚でもお召し上がりいただけます。

酢をいれたあわせ味噌のソースは、意外性があるておいしい！

生クリームを多めにいれてとろりとさせるなど、お好みでアレンジをどうぞ。