

# 芋と豆のコロコロかいんとう



## 材料（4人分）

- ・さつまいも 200g
- ・大豆水煮 80g
- ・片栗粉 30g
- ・揚げ油 適量

## ～たれ～

- ・上白糖 25g
- ・きび砂糖 25g
- ※きび砂糖を上白糖にしてもOK！
- ・みりん 小さじ2
- ・塩 ひとつまみ
- ・水 小さじ2
- ・白いりごま 大さじ1

## 作り方

- ① さつまいもは皮付きのまま 1 cm角切り、大豆は洗って水気をきる。
- ② さつまいもをきつね色になるまで油で揚げる。  
(低温 160℃で 8 分くらい)
- ③ 大豆は片栗粉をまぶし、きつね色になるまで油で揚げる。  
(中温 180℃で 3 分くらい)

※油がはねるため、注意！！

- ④ たれの調味料を鍋に入れ、ぐつぐつして泡が出るまで混ぜながら煮詰める。
- ⑤ 揚げたさつまいもと豆、白いりごまを和えて完成。

さつまいもは、低温でじっくり揚げることでカリッと仕上がります。

