

- ・さつまいも・・・40.0g
- ・油・・・2.0g
- ・無塩バター・・・1.8g
- ・砂糖・・・3.2g
- ・食塩・・・0.1g

1. さつまいもは食べやすい大きさの乱切りにし、水にさらす。

2. 1をざるに上げ、水気をよく切る。

※水気が残らないようにそのまま乾かしておくか、ペーパーで水分をよくふき取る。

3. 2を油で揚げる。

4. 鍋にバターを熱し、砂糖、塩を加え混ぜる。

5. 4に3を入れ混ぜる。

塩キャラメルポテトの
レシピ（1人分）

2月のおススメおやつ

GOOD



しゃりしゃりするね！

ぱくっ♡

もぐもぐ

あま〜い♡

EAT

おいしい！

Love

