

さつまいもの甘煮

材料

さつまいも 1本(200グラムくらい)
水200~250cc
砂糖大さじ 2~3
しょうゆ大さじ半分



作り方

- 1 さつまいもは皮をよく洗い、1センチ弱の厚さの輪切りにする。
水にさらしてあくをとる。
- 2 小鍋に、さつまいもと水を入れ(ひたひたになるくらい)、砂糖を入れて、煮る。
- 3 2・3分位したら、しょうゆを入れて、さつまいもに火が通るまで煮たら出来上がり。

コツ・ポイント

さつまいもの皮は、見た目の色合い的にもあったほうがいいのかと思いますが、気になる方は剥いて下さってもかまいません。砂糖の甘みを先に染み込ませ、しょうゆをあとからちょこっと加えることで、甘さが引き立ちます。砂糖は、大さじ3だとしっかり甘めです。