

さつま芋のコーンカップ



材 料 (4人分)

- ・さつま芋 Mサイズ1本
- ・砂糖 大さじ1(芋の甘さで加減してください)
- ・コーンカップ 4つ

作 り 方

1. さつま芋の皮をむき、縦・横半分に切り、柔らかくなるまでゆがき水を切ります。(蒸しても可)
2. 1をボールに入れ、砂糖も入れマッシャーでつぶします。
3. コーンカップの上に2をのせるとできあがりです。