

ちばの直売所フェア10回記念「10」が絡んだレシピコンテスト 入賞作品

10分のできる温活いもきんつば



【レシピ提供：山藤 あやさん】



材料 (4人分)

- やきいも 中～大2本
- シナモン 小さじ2
- 酒粕 大さじ2
- レーズン 大さじ4
(ミックスフルーツ、ナッツでも良い)
- ハチミツ 適宜
- 小麦粉または、片栗粉 適宜

作り方

- ①やきいもの皮をむく。
- ②レンジで一度温めて、粘りが出るまでつぶす。(ビニール袋に入れてつぶすと手が汚れない)
- ③②に酒粕とシナモンを入れて混ぜ合わせる。
- ④③にレーズンを加えて混ぜ合わせ、形を整える。
- ⑤小麦粉または、片栗粉をまぶして、フライパンで焦げ目が少しできるくらいに両面を焼き、皿に盛り付け、ハチミツをかける。

千葉県マスコットキャラクター「チーバくん」



一口メモ

酒粕とシナモンで温活プラス！甘さはハチミツの自然な甘みで。

ちばの食材のことならココにアクセス！

教えてちばの恵み

検索



発行：千葉県農林水産部 流通販売課 平成29年2月