

さつまいものいが栗揚げ



材料（4人分）

さつまいも 160g

上白糖 大さじ1

小麦粉 大さじ3

卵 約1/2個

そうめん 約25g

揚げ油 適量

作り方

1 そうめんを1.5cmにおる

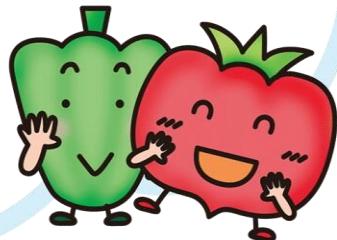
2 さつまいもは皮をむき

3 3cm厚さに切り蒸す

3 2をつぶして砂糖を加え混ぜる

4 一人1個になるよう丸める

5 小麦粉、溶き卵、そうめんの順につけ
180℃で3分程揚げる



玉城町では、町内の4軒の農家さんが栽培したさつまいもをJAに出荷しています。

その中で特に『紅はるか』という品種のさつまいもを学校給食に使用しています。

紅はるかは例年、9月後半から12月後半にかけて収穫されますが、甘みを増すために、約1ヶ月間15℃くらいの温度で貯蔵(保管)されます。追熟したさつまいもは、その後、洗浄・乾燥して市場へ出荷されます。給食室には、このさつまいもを12月から3月ごろまで、玉城の集荷場から直接納入していただいている。

紅はるかは、ねっとりとした食感と強い甘みが特徴のさつまいもです。

今回ご紹介する『さつまいものいが栗揚げ』は、そうめんでいが栗の

とげを表現した、秋にぴったりのメニューです。さつまいもが特に

おいしくなるこの時期に、デザート感覚で楽しめる一品をぜひ作ってみてください。

