

さつまいものいが栗揚げ

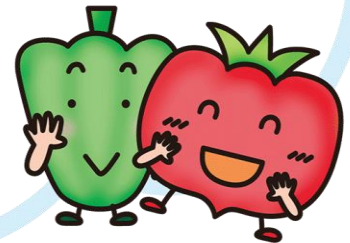


材料（4人分）

さつまいも	160 g
上白糖	大さじ 1
小麦粉	大さじ 3
卵	約 1/2 個
そうめん	約 25 g
揚げ油	適量

作り方

- 1 そうめんを 1.5 cm におろす
- 2 さつまいもは皮をむき 3 cm 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ます。

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、そうめんでき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。



たままるくん