

# フルーツきんとん



<材料>	2人分
さつまいも	160g
りんご缶	30g
さとう	20g
塩	少々

★家庭でお好みの量で調節してください。

## <作り方>



①さつまいもを四角く切り、ひたひたの水で煮ます。



②さつまいもが黄色くなってきてつぶせるやわらかさまで煮ます。



③やわらかくなったら、半分ほど水を捨てりんご缶、さとう、塩を入れます。  
(水分量は調節して下さい。)



⑤再び火をつけ、水分を飛ばすかんじでつぶすように、ねっとりするまで混ぜ合わせます。

ご家庭でお好きな缶詰やフルーツで試してみてください🍴