

鬼まんじゅう



★アレルギー表示

卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに
あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ
さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	松茸
もも	山芋	りんご	ゼラチン	ごま	カシューナッツ	

1人分

エネルギー		kcal	たんぱく質		g
脂質		g	炭水化物		g
食塩相当量		g	原価		円

～材料～ 7人分

・さつまいも 300g(中1本・皮をむいた状態で270g)

・砂糖 75g

・塩 1g

・水 30g

・薄力粉 120g

・

・

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	-	20分	100℃

作り方

- 1 さつまいもをよく洗い、両端を切り落としてピーラーで皮をむく
- 2 8mm角にカットしてボウルに入れ、砂糖・塩をまぶして混ぜる→そのまま15分置く
- 3 水を30g加え、軽く混ぜてから薄力粉を加えてゴムベラでなじむまでよく混ぜる
- 4 穴あきホテルパンにクッキングシートを敷き、生地を均等に分けて乗せる
- 5 スチコン【設定1】で加熱する

ホシザキ東海株式会社 コンサル室

*ポイント

- ・工程2で15分置くことで甘みが浸透する
- ・さつまいもの甘さによって砂糖の量を調整してください
(今回は紅あずまを使用しています)

