

提供 千葉県

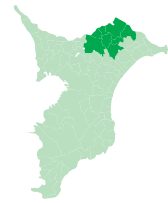


さつまいもの主な産地  
香取市・成田市・多古町



## チーズ入り芋きんとん

若者にも好まれる洋風味。



### 材料(4人前)

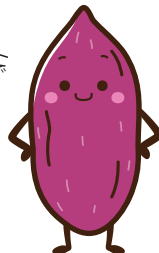
栗の甘露煮	50g
さつまいも	100g
砂糖	大さじ1
無糖練乳	30g
クリームチーズ	20g
くちなしの実	1個



### つくり方

- ① さつまいもは皮をむいて1cmの厚さに切り、横半分に割ったくちなしの実と一緒にゆでる。目安は、箸がスツと通る軟らかさ。
- ② ゆでたさつまいもは熱いうちにつぶして砂糖を混ぜ、その後、無糖練乳とクリームチーズを入れて練る。
- ③ ②に栗の甘露煮を和え、盛りつける。

さつまいもは、寒さに弱いので  
冷蔵庫は厳禁!  
新聞紙に包んで  
常温で保存しましょう。



両端が痛んで  
いないものを選んでね!

千葉県産旬の恵みを上手にを使って楽しくヘルシーな毎日を

ウェブサイト「教えてちばの恵み」では「ちばの食材」を使ったレシピを多数掲載しています。  
<http://www.pref.chiba.lg.jp/ryuhan/pbmgm/index.html>

教えてちばの恵み

検索