

さつまいもぎょうざ

【材料】(10個分)

- ・ さつまいも 120g
- ・ 砂糖 5g
- ・ 牛乳 大さじ1
- ・ とろけるチーズ 40g
- ・ ぎょうざの皮(大判) 10枚
- ・ 油 適量



【作り方】

- ① さつまいもは、きれいに洗う。
ピーラーで皮をむく。
- ② 3cm幅に切る。
- ③ 15分蒸し、ボウルに入れる。
- ④ マッシャーでつぶし、砂糖を入れる。
- ⑤ 固さをみて、牛乳でのばす。
- ⑥ 10等分して、ラップで丸める。
- ⑦ ぎょうざの皮の真ん中にチーズと⑥をのせる。
- ⑧ 皮のまわりに水をつけて半分に折ってとじる。
- ⑨ フライパンに油を引いて、両面をきつね色になるまで焼く。

【注意点】

- ・ さつまいもが温かいうちにマッシャーでつぶし、砂糖を入れてください。
- ・ ぎょうざの皮は焦げやすいので、火加減に注意してください。