



# フルーツきんとん



【盛り付け例】

※クラッカーを添えています。クラッカーの上に乗せて、挟んで食べてもおいしいですよ！

## 《材料》

## 幼児5人分

- |        |            |
|--------|------------|
| ・さつまいも | 中くらいの大きさ1個 |
| ・砂糖    | 大さじ1       |
| ・りんご   | 1/4個       |
| ・レーズン  | 18g        |

## 《下準備》

- ① さつまいもは厚めに皮をむいて1cm位の輪切りにし、濁りがなくなるまで水にさらす。
- ② レーズンはぬるま湯でもどす。
- ③ りんごは皮をむいて6~8等分に切ってからいちょう切りにする。

## 《作り方》

- ① 鍋にさつまいもを入れ、かぶる位の水を入れて軟らかく煮る。煮えたら水気をきる（茹で汁はとっておく）。
- ② ①のさつまいもは熱いうちにマッシャーなどでよくつぶし、砂糖を混ぜて練る。
- ③ ②にレーズンとりんごを入れて混ぜる。

- ※ さつまいもの種類によって水分が違うので、硬い場合は「茹で汁」を加えて調節してください。
- ※ りんごですが、少し煮て柔らかくしてりんごでもおいしいです。