

- ①くちなしの実は崩してガーゼなどに包んでおく。
- ②鍋に①の材料とくわいがかぶる程度の水を入れて煮詰める。  
(煮汁は⑤で使うので捨てない)
- ③さつまいもは2～3センチ幅に切り、厚く皮をむいて2時間程度水にさらす。
- ④なべに③とたっぷりの水、くちなしの実を入れてゆで、さつまいもが柔らかくなったらゆで汁を捨てる。
- ⑤④に「②のくわいの煮汁(100cc)と③の材料を入れ、さつまいもをつぶしながらかき混ぜたあと、ミキサーにかけてなめらかにする。
- ⑥⑤を鍋に移し、弱火でなべ底が見えるようになるまで練り上げ、最後に②のくわいを入れてなじませる。

## 材料

〈A〉下ゆで済みくわい	15個
砂糖	50g
くちなしの実	2個
さつまいも	600g
くちなしの実	2個
砂糖	100g
みりん	100cc
水あめ	大さじ3
水	50cc

