

## ～カラフルスウィートポテトグラッセ～

使用品種 ほしキラリ・タマアカネ・パープルスイートロード

### 【材料】

- ・ さつまいも…中 1 本
- ・ 水…200cc
- ・ グラニュー糖…200g
- ・ ブレンダー…大さじ 2

### 【作り方】

1. さつまいもの皮を傷つけないように、スポンジなどを使ってきれいに洗う。1cm くらいの輪切りにし、サッと水にくぐらせる。
2. 鍋に水 200cc、グラニュー糖 100g を入れ煮溶かし、そこへ 1.のさつまいもを加える。落とし蓋をし、竹串がスッと通るようになるまで弱火で 5 分ほど煮る。そのままの状態で一晩置く。
3. さつまいもを崩さないように取り出し、残りのグラニュー糖 100g を鍋に入れ、煮溶かす。再びさつまいもを鍋に戻し、落とし蓋をし、弱火で 10 分間煮る。
4. 火から下ろし、ブレンダーを加え、さらに一晩置く。



## ～たい焼き-さつまいも餡～

使用品種 ひめあやか・パープルスweetロード

### 【材料】(たい焼き型 6 個分)

- ・たい焼き用ミックス粉…200g
- ・水…200cc
- ・紫芋パウダー…8g (たい焼きに色を付ける場合使用)
- ・さつまいも…150g (加熱、剥皮したもの)
- ・白餡…150g
- ・油…適量

### 【作り方】

1. さつまいもは竹串がスッと通るまで蒸して、熱いうちに皮を剥きマッシャーなどで潰しておく。
2. 1.のさつまいもに白餡を加え、全体が均一になるまで混ぜ合わせ、6等分しておく。
3. ボールにミックス粉、水を加え、泡立て器でだまがなくなるまで混ぜる。(たい焼きに色を付ける場合は、この時一緒に紫芋パウダーを加える。)
4. 熱したたい焼き型に油を薄く塗り、生地を入れる。さつまいも餡を細長い形に置き、さらに餡が隠れるように生地をのせる。蓋を閉じ、中火で3～4分間焼く。途中何度か型をひっくり返し、全体をまんべんなく焼く。
5. 熱いうちに型から外し、余分な生地はハサミなどでカットする。



## ～さつまいもブラウニー～

使用品種 ベにはるか・ほしキラリ・ひめあやか

【材料】(180×87×60mm のパウンド型 1 台分)

- ・ さつまいも…大 1 本      ・ ブラックチョコレート…70g      ・ 無塩バター…50g      ・ 卵…1 個
- ・ 上白糖…40g      ・ ラム酒…大さじ 1      ・ ココア…10g      ・ 薄力粉…30g
- ・ ベーキングパウダー…小さじ 1/2

【作り方】

1. さつまいもは、竹串がスッと通るまで蒸すか、オーブンで焼いておく。ココア、薄力粉、ベーキングパウダーは合わせてふるっておく。パウンド型に薄くバター（分量外）を塗り、粉（分量外）をはたいておく。
2. チョコレートをボールに入れ、湯煎で溶かす。その中へ柔らかく練っておいたバターを加え、滑らかになるまで混ぜ、湯煎からはずす。
3. 別のボールに卵を割りほぐし、上白糖を加え均一になるまで混ぜる。その中へ 2. を加え、滑らかになるように混ぜ、ラム酒も加える。
4. 1. のふるっておいた粉類を一度に加え、さっくりと混ぜ合わせる。
5. 1. のさつまいもの皮を剥き、一口大に切る。4. のチョコレート生地混ぜ合わせ、パウンド型に流し入れる。
6. パウンド型を 10cm くらい持ち上げて落とし、生地の中の余分な空気を抜く。これを 2～3 回繰り返す。
7. 180℃のオーブンで約 40 分、竹串を刺しても生地が付かなくなるまで焼く。



## ～ひめあやかのプリン～

使用品種 ひめあやか

### 【材料】(12個分)

- ・ さつまいも (ひめあやか) …小サイズ 6本
- ・ 牛乳…50cc
- ・ 上白糖…30g
- ・ 生クリーム…80cc
- ・ 卵…1/2個
- ・ バニラエッセンス…少々
- ・ 盛り付け用生クリーム…適量

### ※カラメル

- ・ グラニュー糖…80g
- ・ 水…大さじ 2
- ・ 熱湯…大さじ 3
- ・ ラム酒…小さじ 1/2

### 【作り方】

1. さつまいもの皮を傷つけないようにスポンジなどで丁寧に洗い、竹串がスッと通るまで蒸し器で蒸す。縦半分に切り、皮を破かないように中身をくり抜く。
2. 1.のさつまいも、牛乳、上白糖、生クリーム、卵を均一になるまでフードプロセッサーにかけ、濾す。
3. 2.にバニラエッセンスを加えよく混ぜ、1.のさつまいもの皮へ生地を流し入れる。
4. 蒸し器で8～10分間蒸す。
5. カラメルをつくる。小鍋にグラニュー糖と水を入れ、火にかける。鍋を揺すりながら、砂糖液が濃いコーヒー色になるまで加熱する。
6. すぐに火から離し、熱湯を加える。(この時、砂糖液が跳ねるので、火傷に注意して下さい)
7. 鍋を揺すり、全体が均一になったらラム酒を加え、再び鍋を揺すり全体を均一にする。

※蒸し器の中が熱くなりすぎないように、蒸し器の蓋を少し開けて加熱して下さい。

※卵液が余ります。ひめあやかのスイートポテトで余った皮を使ったり、プリン型などに入れ、同じように蒸して下さい。



## ～ひめあやかのスイートポテト～

使用品種 ひめあやか

### 【材料】（10 個分）

- ・ さつまいも（ひめあやか）…小サイズ 6 本
- ・ 無塩バター…20g
- ・ 上白糖…20g
- ・ はちみつ…10g
- ・ 卵黄…1 個分
- ・ 生クリーム…大さじ 2
- ・ ブランデー…小さじ 1
- ・ つや出し用卵…適量

### 【作り方】

1. さつまいもの皮を傷つけないようにスポンジなどで丁寧に洗い、200℃のオーブンで約 15 分、竹串がスッと通るまで加熱する。縦半分に切り、皮を破かないように中身をくり抜き、熱いうちにマッシュする。
2. 1.に無塩バター、上白糖、はちみつ、卵黄を加えよく混ぜる。あら熱が取れたら、生クリーム、ブランデーを加え、さらに滑らかになるまで混ぜる。
3. 1.の皮の中に 2.のさつまいも生地をこんもりと詰め、表面につや出し用の卵を塗り、200℃のオーブンで約 5 分、焼き色が付くまで焼く。



## ～さつまいものふんわりパン～

いろいろなさつまいもを使って

### 【材料】（14ヶ分）

- ・ぬるま湯…120cc      ・ドライイースト…6g      ・上白糖…30g
- ・さつまいも…220g（加熱、剥皮したもの）      ・卵黄…1個分      ・強力粉…300g
- ・無塩バター…50g      ・塩…小さじ1      ・くるみ（ローストしたもの）…30g
- ・上新粉…適量

### 【作り方】

1. さつまいもは蒸して皮を剥き、150g分をマッシュし、70g分は5mm×5mmくらいの角切りにしておく。
2. ボールにイースト、上白糖、ぬるま湯を入れ混ぜる。
3. 2の中へ、1のマッシュしたさつまいも、卵黄、ふるった強力粉の1/3量を加え、滑らかになるように全体を混ぜる。さらに、溶かしバター、塩、粗みじんに刻んだくるみを加え混ぜる。
4. 残りの粉を加え、粉っぽさがなくなるまで練る。生地がひとまとまりになったら、台の上に取り出し、生地の表面がつるつるで滑らかになるまでこねる。
5. 薄くサラダ油（分量外）を塗ったボールに生地を入れラップをし、2倍の大きさになるまで発酵させる。
6. 5の一次発酵が終了したら、生地を手で押しつぶし、ガスを抜き、ひとまとめにして取り出す。
7. 包丁またはスケッパーなどを使い、50gずつになるように切り分け、さらに指先で生地を潰すようにガス抜きをする。
8. 14等分したさつまいもの角切りを生地で包み、台の上で転がすようにして丸く成形する。包丁で6カ所に切り込みを入れる。
9. 天板にクッキングシートを敷き、間隔を置いて並べ、表面が乾燥しないようにラップをし、2倍の大きさになるまで二次発酵させる。
10. 上新粉を振り掛け、180℃のオーブンで約10分間焼く。



## ～タマアカネの夕焼けパン～

使用品種 タマアカネ

### 【材料】(12ヶ分)

#### ※さつまいも餡

・グラニュー糖…100g    ・水…100cc    ・さつまいも…200g (加熱、剥皮したもの)

#### ※パン生地

・ぬるま湯…100cc    ・ドライイースト…6g    ・上白糖…15g  
・さつまいも…150g (加熱、剥皮したもの)    ・卵黄…1個分    ・強力粉…300g  
・無塩バター…50g    ・塩…小さじ1    ・卵…適量 (つや出し用)

### 【作り方】

1. さつまいもを蒸しておく。
2. さつまいも餡をつくる。鍋にグラニュー糖と水を入れ、一煮立ちさせる。その中へ、蒸して皮を剥き、1cm幅に切ったさつまいもを加え、汁気が無くなるまで煮込む。汁気が無くなったら、マッシャーなどで潰し、ペースト状にする。
3. パン生地をつくる。ボールにイースト、上白糖、ぬるま湯を入れ混ぜる。
4. 蒸して皮を剥き、マッシャーなどで潰したさつまいも (変色を防ぐために、加える直前に潰す)、卵黄、ふるった強力粉の1/3量を3の中へ入れ、滑らかになるように全体を混ぜる。さらに、溶かしバター、塩を加え混ぜる。
5. 残りの粉を加え、粉っぽさがなくなるまで練る。生地がひとまとまりになったら、台の上に取り出し、生地の表面がつるつるで滑らかになるまでこねる。
6. 薄くサラダ油 (分量外) を塗ったボールに生地を入れラップをし、2倍の大きさになるまで発酵させる。
7. 6の一次発酵が終了したら、生地を手で押しつぶし、ガスを抜き、ひとまとめにして取り出す。
8. 包丁またはスケッパーなどを使い、50gずつになるように切り分け、表面が滑らかになるように丸める。厚手の布巾をかけて、10分間ベンチタイムをとる。
9. 生地を円すい形にした後、麺棒を使い、細長い三角形に伸ばす。12等分したさつまいも餡を全体に伸ばし、底辺から巻き込んでいき、巻き終わりを下にする。
10. 天板にクッキングシートを敷き、間隔を置いて並べ、表面が乾燥しないようにラップをし、2倍の大きさになるまで二次発酵させる。
11. 表面につや出し用の溶き卵を薄く塗り、200℃のオーブンで約10分間焼く。



料理とレシピ 東京家政学院短期大学