



フルーツきんとん

234kcal／調理時間25分

[材料4人分]

さつまいも	300g
りんご	1/2個
干しぶどう	大さじ2

A

砂糖	大さじ4
レモン汁	大さじ2

ブランデー	大さじ1
-------	------

B

砂糖	大さじ2
バター	大さじ1

[作り方]

1. さつまいもを適当な大きさに切り、蒸し器で蒸す。りんごは皮をむいてイチヨウ切りにする。
2. 鍋にりんごの皮と果肉、Aを入れ、りんごが半透明になるまで焦がさないように弱火で煮たら、仕上げにブランデーと干しぶどうを加える。
3. 蒸したさつまいもの皮をむき、ボウルに入れてよくつぶしたら、Bを加えて混ぜる。
4. 3に2のりんごと干しぶどうを加え、軽く混ぜ合わせる。
5. 4を食べやすい大きさだけ取り、ラップに包んで茶巾にしぼる。

[ポイント]

2. りんごの皮と果肉と一緒に煮ると、ピンク色に染めることができる。