

# きんとん

その他

115kcal / 脂質0.1g / 塩分0.0g



## ワンポイント

お正月料理のひとつ「金団(きんとん)」は、鮮やかなさつまいもの黄色を、輝く財宝に見立て、金運に恵まれると言われています。



### 材料(4人分)

- ・ さつまいも ..... 240g
- ・ 干しぶどう ..... 12g
  
- ・ 砂糖 ..... 大さじ3
- ・ 水 ..... 大さじ1/2強
- ・ 塩 ..... 少々

### 作り方

- ① さつまいもは皮をむき、乱切りにして、水にさらす。
- ② 干しぶどうはゆでる。
- ③ 砂糖、塩、水を合わせ、煮る。
- ④ さつまいもを蒸して熱いうちにつぶし、③を入れ混ぜる。
- ⑤ 干しぶどうを加えて弱火で混ぜる。