

# ☆おいしいレシピ☆

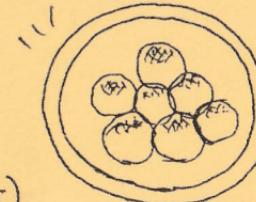
おやつ編

## さつまいもトリュフ

材料  
(約8個分)

…さつまいも(1本)、きな粉(適量)

or  
ココアパウダー(1歳頃から)



あまき子育て支援センター 2026.2 No.332  
TEL428-7830

作法

- ① よく洗ったさつまいもを濡れたままラップに包み、200Wで約15分加熱する。
- ② 粗熱が取れたら皮をむいてフォークでつぶす。水分が少ない場合は、白湯を加えて柔らかくする。
- ③ 一口大に丸め、きな粉をまぶす。