

# 11月20日3年生

カレー、ナン  
スープ、サラダ  
スイートポテト



2種類のカレーとナンは校長先生のインドのお土産です。  
本場のカレーは強烈に辛いかと思いきや、日本のそれよりまろやかでクリーミーでした。



## 【スイートポテト】

<材料・6人分>

◎さつまいも 500g    ◎黒ごま 適量    ◎牛乳 大4    ◎卵黄 2個分    ◎バター 40g  
◎蜂蜜 大3

<作 り 方>

- ① さつまいもは皮を剥いて、薄切りにし耐熱容器に入れラップをし、電子レンジで7分ほど加熱する。  
(やりすぎに注意) オープンは190度に熱しておく。
- ② サツマイモを鍋に入れよくつぶす。つぶしたら、火にかけバターも鍋に入れ溶かしながらよく混ぜる。  
そこにはちみつ、卵黄1つ分も加え、最後に牛乳を入れ、混ざったらペーストを裏ごしする。
- ③ 生地がなめらかになったら、適当な大きさに形を整え、艶出し用の卵黄を塗って黒ごまをかけ、  
オーブンで10分焼いて出来上がり。