

「さつまいものクリーム煮」

【 材料 5～7回分 】

さつまいも…200g
バター …8g
小麦粉 …大さじ1

牛乳…100ml
水 …100ml



手間はかかりますが、
おいしいです！
ベビーフードの
ホワイトソースを
使ってもOK



【 作り方 】

- ① さつまいもは皮をむき、
5mm～1cm角に切り、ゆでる。
(レンジでもOK)
- ② 鍋に小麦粉を入れ、少しずつ水を加え
ながらのばす。
*だまが残らないように！
- ③ 牛乳とバターを加えて、火にかける。
とろみがつくまで焦がさないように混ぜる。
- ④ ゆでたさつまいもを加えて和える。

