

## さつまいもきんぴら

### 材料

さつまいもの皮（厚めむいた皮があればOK）、砂糖、  
サラダ油、黒ごま、

- ① 皮を水にさらしておく。水気を切る。
- ② さつまいもの皮を千切りにし、油を引いたフライパンで炒める
- ③ 砂糖を加え、つやがでるまで炒める。
- ④ 黒ゴマをからめて 完成

