

## 12月のおすすめメニュー(小学校 15日・中学校 12日) ☆三

- ・牛乳 ・食パン
- ・いちごジャム
- ・ポトフ
- ・ブロッコリーのサラダ
- ・さつまいものチーズケーキ

さつまいもの甘みを活かしたチーズケーキです。煮たさつまいもは、なめらかにすりつぶしても良いですし、実が残るようにつぶしても良いです。

お子様と一緒に作ってみてはいかがでしょうか。



### 「さつまいものチーズケーキ」 (4人分)

### レシピを紹介!

#### 【材料】

さつまいも	100g	
A	砂糖	4g
	塩	0.3g
	水	30g
クリームチーズ	32g	
砂糖	10g	
塩	0.08g	
卵	30g	
小麦粉	6g	
レモン汁	0.8g	
アーモンドスライス	8g	
カップ	4個	

(作り方)

- ① さつまいもを A の調味料で水分がなくなるまで煮る。
- ② ①のさつまいもをつぶす。
- ③ 卵を溶き、クリームチーズを加えてよく混ぜる。
- ④ ②、③、砂糖、塩、小麦粉、レモン果汁を合わせ、よく混ぜる。
- ⑤ ④をカップに入れ、アーモンドスライスをのせて、200℃のオーブンで約 10 分焼く。

ミキサーを活用すると、簡単に  
なめらかに作ることができます。  
焼き加減は、ご家庭のオーブンに  
合わせて調節してください。

