



おいもクレープ



🍷 材料 (約8個分)

- | | | |
|--------------------------------|-------------------------------------|---|
| スイーツポテト | ・さつまいも・・・・・・・・・・ | ・正味 ^{しょうみ} 400g ^{グラム} |
| | ・バター・・・・・・・・・・ | ・20g ^{グラム} |
| | ・生クリーム ^{なま} ・・・・・・・・・・ | ・100ml ^{ミリリットル} |
| | ・グラニュー糖 ^{とう} ・・・・・・・・・・ | ・50g ^{グラム} |
| ・卵黄 ^{らんおう} ・・・・・・・・・・ | ・1個 ^こ | |
| クレープ | ・薄力粉 ^{はくりきこ} ・・・・・・・・・・ | ・100g ^{グラム} |
| | ・グラニュー糖 ^{とう} ・・・・・・・・・・ | ・4g ^{グラム} |
| | ・牛乳 ^{ぎゅうにゅう} ・・・・・・・・・・ | ・220ml ^{ミリリットル} |
| | ・紫いもパウダー ^{むらさき} ・・・・・・・・・・ | ・11g ^{グラム} |
| | ・サラダ油 ^{あぶら} ・・・・・・・・・・ | ・適量 ^{てきりょう} |
| | ・りんごジャム・・・・・・・・・・ | ・適量 ^{てきりょう} |



※正味とは実際に使う量です。
皮など調理で使わない余分な部分をとった後に量ってください。

🍷 使う道具

ボウル・木べら・計量カップ・クッキングスケール・サランラップ・

マッシャー・耐熱皿・まな板・包丁・クッキングシート・オーブンレンジ・

泡立て器・フライパン・フライ返し・おたま・スプーン・キッチンペーパー・

刷毛・布巾・盛り付け用の皿・キッチンミトン

🍷 作る前の準備

- さつまいもは1 cmくらいの輪切りにして皮をむき、水にさらして灰汁抜きをしておく（5分くらい）

ポイント

- 加熱した時柔らかいものと固いものができてしまうので、なるべく分厚さに差が出ないように切ろう！大きいさつまいもの場合は、輪切りにした後もう半分に切ってもOK 
- 水が濁ってきたら水を換えるようにしてね。大体3回くらい換えると透明なままの水になるよ！
- 水につけずに放置すると、さつまいもが黒く変色していってしまうので輪切りにしたらすぐ水につけ、皮むきするときだけ取り出し、むき終わったらまた水につけておくようにすること。



🍷 作り方

- ① 耐熱皿にさつまいも同士が重ならないように並べて、ふんわりとサランラップをかけて電子レンジ500Wで5分加熱し、さつまいもをひっくり返してもう3分加熱する

注意！

お皿がとても熱くなっているので火傷に注意！さつまいもをひっくり返す時はおはしを使ってね！



② さつまいもが熱いうちにボウルに移し、マッシャーで潰す

ポイント

- ①で全部一気に加熱できないと思うので、加熱したのからすぐ潰していき、後から加熱したものは潰したさつまいもにプラスしていっしょにマッシャーで潰せば大丈夫だよ！
- 口当たりなめらか～なスイートポテトにしたい場合はここでひと手間かけてこし器で裏ごしするといいかんじになるけど、面倒だったりおいも感が残っていた方が好きならマッシャーだけで十分です。



③ ②にバター・砂糖を加えて木べらでよく混ぜる

ポイント

なるべくさつまいもが温かいうちに混ぜるようにしよう！



④ ③に生クリームを加え、練りこむように混ぜる

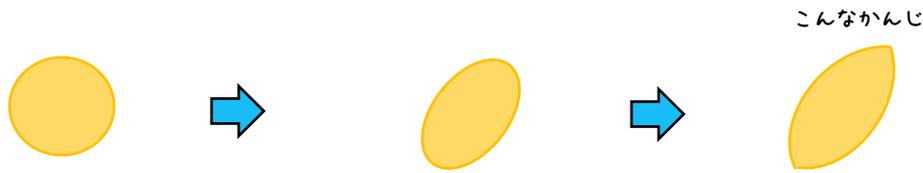
ポイント

まぜ終わっても生地がパサパサの場合は、生クリーム（分量外）を追加してしっとりさせよう！入れすぎるとベチャベチャになって形を整えづらくなるので、少しずつ様子を見ながら追加するようにしてね！



⑤ オーブンを200℃に設定し予熱する

- ⑥ 生地を8等分にし、手の平でお団子のように丸めた後、舟形に形を整える



ポイント

表面に亀裂が入ってないか確認して、指の腹を使ってなめらかになるように整えよう！亀裂が入ったままだと焼いたとき割れてしまうから注意してね！ちいさなさつまいものような形を目指してつくろう♪



- ⑦ クッキングシートを敷いたオーブンの天板に⑥を並べて、2分焼いたら一旦取り出して刷毛で卵黄を塗ってオーブンに戻し、さらに20分焼く

注意！

オーブン内や天板はとても熱いです。火傷しないよう天板を出し入れするときは必ずキッチンミトン等を使うようにしましょう！



- ⑧ 焼き上がりを待つ間にクレープ生地を作る。ボウルに薄力粉・紫いもパウダー・グラニュー糖を入れて混ぜる

- ⑨ ⑧に牛乳を加え泡立て器でダマが残らないよう混ぜる

- ⑩ 布巾を濡らしてしぼり、濡れ布巾を用意しておく

- ⑪ フライパンに薄くサラダ油を敷き火にかけ、温まったら弱火にする

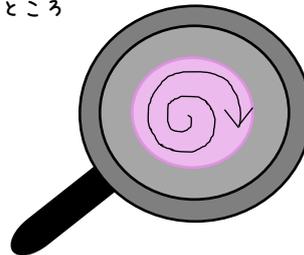
ポイント

サラダ油が多すぎると生地がうまく焼けないよ！多く入ってしまった時は、キッチンペーパーで余分な油をふき取って調節してね！



- ⑫ フライパンを濡れ布巾に押し当て（ジュッと音がするくらいでOK）少しフライパンの温度を下げてから、⑨の生地をおたま1杯弱くらい流し込み、中心から円を描くようにおたまの丸い部分を使って生地をひろげる

真上から見たところ



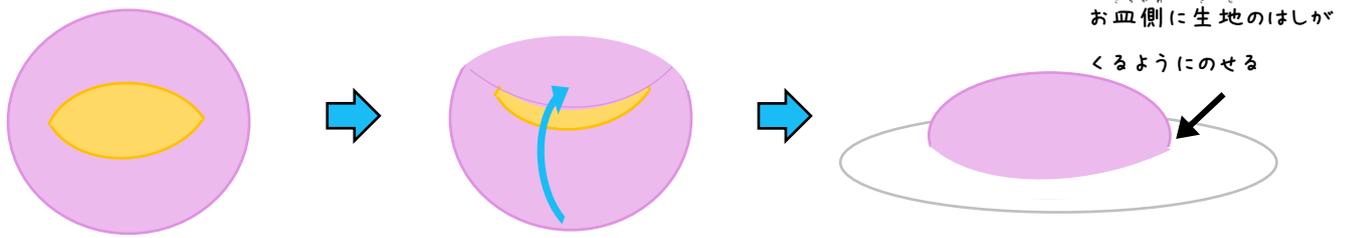
ポイント

- 生地に穴があいたりしないよう、なるべく均等に薄く丸くひろげられるよう手早く頑張ろう！
- 直径15～16cmくらいの円になるとちょうどいいよ！



- ⑬ ふちの色が変わってきたらひっくり返して20秒くらい焼いたらお皿に移す

⑭ 焼き上がったクレープ生地でスイートポテトをくるむ

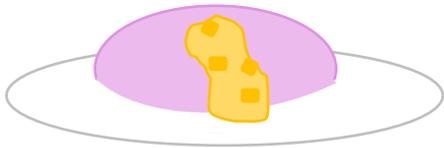


ポイント

くるんだ生地のはしが下側にくるようお皿に盛りつけよう！
うまくくるめない時はスイートポテトに生地をかぶせた後サラララップ
で全体を包んで形を整えるとやりやすいよ！



⑮ りんごジャムを添えてできあがり♪



ちょっとアレンジ

★できたてスイートポテトにバニラアイスを添えてもおいしいよ！
あったかいのにひんやりも楽しめてちょっとリッチな気分になる
こと請け合いです♪

