

## 給食レシピ（おやつ）

### ドーナツ

#### 材料（5人分）

- |       |      |       |      |
|-------|------|-------|------|
| ・薄力粉  | 75g  | ・イースト | 1.2g |
| ・上白糖  | 11g  | ・塩    | 1.2g |
| ・サラダ油 | 18g  | ・ぬるま湯 | 22g  |
| ・たまご  | 3.5g |       |      |



#### 作り方

- ① ボールに材料全てを入れてよく混ぜる。
- ② 生地が混ざったら、平らな場所にシートなどを敷いて生地を打ち付ける。
- ③ 生地の表面がツルツルになったらボールに戻してラップをして一次発酵。  
（40℃で一時間）
- ④ 2倍の大きさに膨らんだら、生地を好みの大きさにカットしていく。
- ⑤ カットした生地を棒状にして円にするか、ドーナツ型にカットする道具がある家庭は使って真ん中に穴を開けていく。
- ⑥ 穴を開けたら二次発酵。（40℃で20分）
- ⑦ 発酵が終わったら、170℃の油できつね色に揚げて完成☆

おうちでは、きなこやシュガー、ココアをまぶしても美味しいと思います！  
中に生クリームを絞っていたら子ども達も大喜び間違いなしです☆

### スイートポテト

#### 材料（5人分）

- |        |      |        |     |
|--------|------|--------|-----|
| ・さつまいも | 330g | ・上白糖   | 30g |
| ・無塩バター | 10g  | ・牛乳    | 60g |
| ・たまご   | 12g  | ・塗るたまご | 適量  |



#### 作り方

- ① さつまいもを蒸してなめらかになるまで潰す。
- ② ①が熱いうちに砂糖、バター、牛乳、たまごを入れて混ぜる。
- ③ 好きな形に整えていく。
- ④ 焼く前に表面にたまごを塗って、オーブンで180℃で10分。



さつまいもの味見をしてから甘さを調節してみてください！  
口当たりをなめらかにしたい方は、目が細かいザルで漉してください。