

# 野菜で手作りおやつ



700gの  
お徳用

1099 毎週  
企画 鹿児島県  
有機栽培安納芋

700g前後

本体 **498**円  
(税込 538円)

## 手作り干し芋

甘くてねっとり、焼くとさらにおいしい「干し芋」を手作りしてみませんか。

### 材料 (作りやすい分量)

1099 有機栽培安納芋 … 400g  
軍手・ざる等



### ワンポイント

表面が乾燥するまではカビが発生しやすいので、2~3日晴天が続くような日を見計らって作業しましょう。

### 作り方

- 1 芋はよく洗って皮をむき、両端を切り落として蒸気の上上がった蒸し器に並べる。中火で30~40分、太い所に串を刺してスツと通るくらいまで蒸す(湯がなくならないよう注意)。
- 2 清潔な軍手などで手を保護して取り出し、熱いうちに厚さ7mm位にスライスする。
- 3 ざるやかゴなどに重ならないように広げる。2~3日、日が出ている間に風通しの良いところで天日干しする。時々裏がえし、好みのやわらかさになったらできあがり。ビニール袋に入れて冷蔵保存、長期保存は冷凍庫がおすすめです。