



餃子の皮で簡単おやつ！きんとんぱい

材料 4 人分

- ・ 餃子の皮 …2 枚
- ・ さつまいも …30g
- ・ りんご …20g
- ・ 溶かしバター…小さじ 1/2

作り方

- ① つまいもを 1 cm角に切り、水にさらしてアク抜きする。りんごをみじん切りにする。
- ② 水切りしたさつまいもとりんごを耐熱容器に入れてふんわりとラップをし、600W の電子レンジで約 2 分間加熱し、つぶす。
- ③ 餃子の皮の真ん中に②をのせ、餃子の皮のふちに水を塗る。
- ④ もう一枚の餃子の皮を空気が入らないようにかぶせ、皮が重なる部分をフォークで押さえる。
- ⑤ 上面に溶かしバターを塗り、オーブンやトースターでこんがり焼く。

※オーブンの場合…180℃に予熱し15～20分。トースターの場合…約5分。