

# さつまいもとりんごのかさね煮

【分量】：1人分

【作り方】

- \*さつまいも 25g
- \*りんご 25g
- \*水 適量

- ①さつまいもとりんごは、皮をむいて5ミリ幅の薄切りにし、水につける。
- ②さつまいもとりんごを交互に鍋に入れ、浸るくらい水を入れて、煮崩れるまで火を通して煮込む。

↓いちちょう切りにします↓



できあがり♪



↑お鍋でグツグツ煮ます↑

\*さつまいもとりんごの異なる食感を楽しめます♪  
\*噛む練習をする時期ですので、色々な切り方を試してみるのもいいですね！

\*おやつにもおすすめ！  
\*レーズンを一緒に入れて煮る、水と一緒に牛乳を入れて煮てもおいしく食べられますよ。

