



# 博多じょうもんさん

## 今月のおすすすめレシピ



### 柿とブロッコリーとハムの マヨネーズ和え

(材 料) 4人分

柿： 1個  
ブロッコリー： 1株  
ロースハム： 80g  
マヨネーズ： 大さじ4

#### (作り方)

1. 柿は皮をむき、一口大の大きさに切る。
2. ブロッコリーは小房に分け、茎はスライスし、塩茹でしてザルにあげて冷ます。
3. ハムは4等分に切る。
4. 1, 2, 3を全部ボウルに入れ、マヨネーズで和える。

## 芋ようかん

(材 料) 4人分

さつま芋： 400g  
砂糖： 40g  
塩： 少々  
水： 適量



#### (作り方)

1. さつま芋は、皮をむいて1cm厚さの輪切りにし、水にさらす。濁らなくなるまで水をかえる。
  2. 鍋にさつま芋とかぶるくらいの水を入れ、15分程度柔らかくなるまで茹でる。茹で汁が多い時は捨てる。
  3. 熱いうちに、すりこぎ等でしっかりつぶし、裏ごしをする。
  4. ラップを敷いた四角い容器に3を入れ、平にならし冷蔵庫で冷やす。
  5. 容器からラップごと取り出し、食べやすい大きさにカットしたら出来上がり。
- ※紫芋を使ってもGOOD！