

さつまいものクリームに(1人分)

さつまいも	75 g	皮をむいていちよう切り
牛乳	30 g	
バター	4 g	
砂糖	2 g	
食塩	0.2 g	

(作り方)

さつまいもを牛乳、調味料を加えて煮る。

牛乳がなくなるまで弱火でこがさないように煮る。

仕上げにバターをいれる。