

さつまいもスティック

材料	1人分	2人分
・さつまいも	50g	100g
・米油	3g	6g
・塩	0.2g	0.4g

作り方

- ①さつまいもをスティック状に切る。
- ②米油でさつまいもを揚げる。
- ③①に塩をふる。