



# さつまいもとりんごのパイ

『パイ』ですが、給食ではジャンボギョウザの皮を使って作っています。  
子どもたちは、両手で持って、口いっぱいにして食べています。  
さつまいもとりんごの割合は、お好みで変えてみてください。

一人分エネルギー 164Kcal

## 材料(4人分)

さつまいも …中 1/2 本

砂糖 … 小さじ1

塩 … 2つまみ(3本指)

\* 0.8g くらいです

りんご(缶詰)…40g

\* 缶詰の汁は具のかたさを  
調節するのに使用します。



ぎょうざの皮…

直径15cmのもの4枚

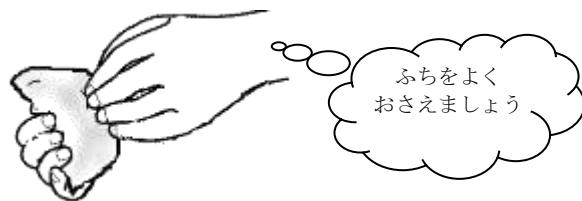
小麦粉…小さじ2

(水小さじ2で溶く)

揚げ油…適宜

## 作り方

- ① さつまいもは蒸して、つぶす。
- ② りんごは、荒いみじん切りにする。
- ③ さつまいもに、砂糖・塩・りんごを  
加えて具を作る。  
(具のかたさをりんごの缶詰めの  
シロップで調節する。)
- ④ 皮に具をのせ、皮のふちに水で溶いた小麦  
粉をぬり、半分にある。



- ⑤ 180°C位の油で色よく揚げる。

