

さつまいもと林檎のロースト バルサミコソース



◆材料 4人分（小ココット4つ分）

さつまいも	…大2分の1本(200g)
林檎	…中1個(300g)
砂糖	…小さじ2
塩	…適量（水の0.8%の量）
有塩バター	…適量 なければオリーブオイルでOK

A	バルサミコ酢	…100ml
	はちみつ	…大さじ2分の1

1. さつまいもは7mm程の厚さに切り、水にさらす。
2. フライパンなど浅めの鍋に水を沸かし、0.8パーセントの塩を加え、さつまいもを入れ少しかために茹で、湯を捨てたら水分を軽く飛ばし、火を止めバター少々と和えておく。
3. ココットもしくはグラタン皿に、バターを塗っておく。
林檎は皮をしっかり洗い、4等分にし、芯を除いたら、皮ごと1cm程度の薄切りにし、砂糖をまぶしておく。
4. ココットに林檎とさつまいもを交互に並べ、
トースターで表面に軽く焦げ目がつくまで焼く（10分～15分程度）
5. 浅鍋（ホーローかステンレス鍋）にAを入れ火にかけ、沸いたら中火で半量程になるまで煮つめる。（清潔な保存瓶などに入れておくと保存可）
6. 焼きあがったローストに小さいスプーンなどでソースをかけて完成。

Point

塩水で茹でてバターでコーティングしているので
さつまいもはほくほくした仕上がりになります。

バルサミコ酢を煮詰めるときはアルミ鍋だと腐食してしまいますので、
ホーロー鍋などがオススメです。ソースは残ったらお肉料理はもちろん、
バニラアイスなどとも相性がいいので是非召し上がってみてくださいね！



※レシピの無断転載はご遠慮ください。