



甘薯小丸子

秋

甘薯泥搓成一口大的日式甜点



原料 (4人份)

甘薯	300g
白沙糖	30g
肉桂	适量

烹调方法

1. 甘薯去皮，切成2~3厘米大的小块，泡水除去涩味。
2. 把甘薯移到耐热容器排列好，用微波炉加热6~7分钟。
3. 甘薯变软后用木杓捣碎，加白砂糖和肉桂，根据个人喜好来调整香甜口味。
4. 用汤匙挖成一口大小，搓成圆球状，再用保鲜膜包住上端束成小笼包状。

烹调要点

- 用湿布来代替保鲜膜也可以达成同样效果。