



作りかた

1. さつまいもの皮に、フォークで穴をあけるか、切れ目を入れる。
2. 角皿にアルミホイルまたはオープンシートを敷いてさつまいもを並べ、**中段**に入れ **071 焼きいも** で加熱する。
3. 竹ぐしを刺してみて、通ればでき上がり。

加熱の目安

加熱：約61分

1回に作れる分量

1～4人分

使用付属品



角皿 **中段**
テーブルプレート
底面

カロリー

350kcal

塩分

0.1g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。
このレシピはMRO-W10A対応レシピです。

材料

さつまいも(1本約250gの物)

1人分(1本)

1本

2人分(2本)

2本

3人分(3本)

3本

4人分(4本)

4本

焼きいものコツ

さつまいもの太さは

直径4～5cmの物が適しています。