




## 作りかた

1. 角皿にアルミホイルまたはクッキングシートを敷いてさつまいもを並べ、**中段**に入れ **037 焼きいも** で加熱する。
2. 竹ぐしを刺してみて、通ればでき上がり。

加熱の目安	1回に作れる分量	使用付属品	カロリー	塩分
加熱：約61分	1～4人分	 <b>角皿 中段</b> <b>テーブルプレート</b> <b>底面</b>	350kcal	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-WIB対応レシピです。

材料	1人分(1本)	2人分(2本)	3人分(3本)	4人分(4本)
さつまいも(1本約250gの物)	1本	2本	3本	4本

## 焼いものコツ

**さつまいもの太さは**  
直径4～5cmの物が適しています。