

フルーツサラダと スイートポテトキャラメル

材料（12人分）

- ぶどう
- りんご
- バナナ 300g
- オレンジ 3個
- キウイ 3個
- いちご 16個
- レモン 3個
- 砂糖 200g
- ミント 適量
- さつまいも 400g
- ハチミツ 1本
- バター 40g



写真はイメージです。

作り方

1. 果物をよく洗って、必要であれば皮を剥き、約1cmの大きさに切っておく。
2. さつまいもを洗って、鍋に入れる。少し水を加え、柔らかくなるまで茹でる。
3. 茹でたさつまいもを手で皮と取り、約1cmの厚さにスライスする。
4. フライパンにバターとハチミツを入れ、弱火で温める。スライスしたさつまいもを加え、茶色くなるまで加熱する。
5. 大きいボウルに切った果物を入れ、お好みで砂糖を加えたら、少しレモン汁を加えて（to keep the color fresh）、混ぜる。
6. コップなどにミックスした果物を入れて、さつまいもでトッピングする。最後に1-2枚のミントで飾り付けて、できあがり。

Fruits Salad with Sweet Potato Caramel

Ingredients

- grapes 150g,
- apple 2,
- banana 300g,
- orange 3,
- Kiwi 3,
- Strawberry 16 pieces,
- lemon 3,
- sugar 200g,
- mint (leaf),
- Sweet potato 400g,
- honey 1,
- butter 1.

Instructions

- Peel and cut all fruit into 1 cubic cm
- Wash the sweet potatoes, put them in cooking pot, add a small amount of water (the quantity enough for making it soft)
- Once cooked, peel by hand the skin of sweet potatoes, slice them into 1 cm thick
- Heat honey and butter in frying pan, fry the sliced cooked sweet potatoes until the color turns into brownish.
- Mix all cut fruit in a big bowl, add sugar as you like, add some lemon juice to keep the color fresh.
- Put the blended fruit in a glass or cup, put the caramelized sweet potato on top, put 1 or 2 leaf (ves) of mint as decoration and it is ready.