

さつまいものコロコロコロッケ

■材料 30個（5人分）

<具材>

さつまいも	300g
玉ネギ	140g
牛豚合いびき肉	160g
クリームチーズ	54g
はちみつ	6g
塩	適量
コショウ	適量



<衣>

小麦粉	150g
卵	3個
パン粉	200g

■作り方

- ① さつまいもは皮をむいてゆでる。（約15分 竹串がスッと通る程度まで）
- ② ゆでたさつまいもを、フォークなどを使ってなるべく温かいうちに潰していく。
- ③ 玉ネギをみじん切りにし、フライパンで透き通るぐらいまで炒める。
- ④ 炒めた玉ネギにひき肉を加えてさらに炒め、塩とコショウで強めに味付けをする。
*ここで強めに味付けをすることでソースなしでも食べられるコロッケに！
- ⑤ 潰したさつまいもと炒めたひき肉と玉ネギを合わせる。
- ⑥ はちみつとクリームチーズを合わせる。
- ⑦ ⑤を等分にし、真ん中に⑥をのせて包んで丸く成形をする。
- ⑧ 小麦粉・卵・パン粉の順で衣をつけ、180℃の油できつね色になるまで揚げる。