

PIERIA

RECIPE BOOK

for YAKIIMO-MAKER



一般社団法人

さつまいもアンバサダー協会

Sweet Potato Ambassador Association

焼き方・レシピ監修

全 20 レシピ掲載

DOSHISHA





一般社団法人

さつまいもアンバサダー協会

Sweet Potato Ambassador Association

さつまいもに関する正しい情報の発信、さつまいもの新しい価値創出を目指す企業・組織との共創活動、さつまいもの魅力を伝えるアンバサダー育成を通じて、さつまいも産業の持続的な発展に貢献することを目的として活動しています。

さつまいもに関する知識、レシピ、イベント情報などを適宜発信していますので、よろしければホームページや各種 SNS をチェック＆フォローお願いします。会員になっていただける方も募集しています。



YouTube

INDEX

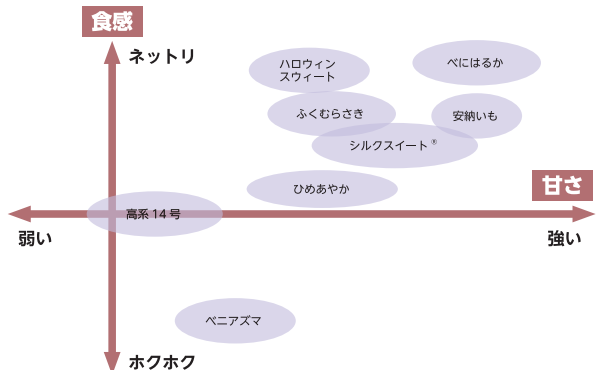
	料理名	掲載ページ
01	基本の焼きいも	4
02	さつまいもミックスパン	4
03	さつまいもの重ね焼き	5
04	さつまいもの豚肉巻き	5
05	さつまいもピザ	6
06	さつまいも&りんご焼き	6
07	大学いも	7
08	焼きいもとりんごのパイ	7
09	さつまいものガレット	8
10	焼きいもホットサンド	8
11	焼きいもサンド	9
12	焼きいもグラノーラ	9
13	焼きいもコロッケ	10
14	焼きいも春巻き	10
15	焼きいもシャーベット	11
16	とろとろ焼きいも	11
17	焼きいもあんこ生春巻き	12
18	焼きいもチョイ乗せアレンジ	12
19	焼きいもシェイク	13
20	焼きとうもろこし	13

焼きいも食味マップ

さつまいもの大きな魅力のひとつが、品種によって大きく食感と甘みが違ってくることです。必ずあなた好みの品種が見つかりますので、右記の食味マップを参考にいろいろな品種を試してみてください。

また、産地や時期、貯蔵方法、その年の天候により食味が変わってきます。

食味マップはあくまでも傾向としてご理解いただき、産地や時期による食味の変化もぜひ味わってみてください。





材料

- ・ さつまいも（直径 6cm 長さ 22cm まで）

作り方

- (1) さつまいもが焼き芋プレートに長くて入らない場合は、焼き芋プレートに入るように端を切る。
- (2) さつまいもは洗ってから、焼き芋プレートに乗せ、ふたをして約 40 分加熱する。

調理ポイント

- ・ 直径 5cm 前後で、重さ 200g 前後のさつまいもが焼きやすい。
- ・ 大きさによって加熱時間を調整する。
- ・ 洗ったあとに水分は拭き取らないほうがふっくらする。



材料（1 個分）

- | | |
|--------------|--------|
| ・ さつまいも | … 100g |
| ・ ホットケーキミックス | … 100g |
| ・ 卵 | … 1 個 |
| ・ 牛乳 | … 50ml |

作り方

- (1) ホットケーキミックス、卵、牛乳を混ぜ合わせる。
- (2) さつまいもをダイス状にカットして 10 分ほど水にさらし、水気を切ってから (1) に混ぜる。
- (3) 焼き芋プレートにサラダ油を塗り、(2) の生地を注ぐ。
- (4) 15 分加熱し、裏返して 10 分加熱する。

03



焼き芋プレート

さつまいもの重ね焼き

焼き芋メーカー
活用



材料（4人分）

- ・ さつまいも … 300g (約150g×2本)
- ・ ベーコン … 55g
- ・ スライスチーズ … 3枚

作り方

- (1) さつまいもを 0.5 ～ 1cm の厚さに輪切りにする。
- (2) ベーコン、スライスチーズを 3cm 角にカットする。
- (3) 焼き芋プレートに交互に重ね入れる。
- (4) 15 ～ 20 分加熱し、さつまいもに火が通っているようであれば完成。

調理ポイント

- ・ ホクホクした品種（ベニアズマ、高系 14 号など）がおすすめ。

04



焼き芋プレート

さつまいもの豚肉巻き

焼き芋メーカー
活用



材料（2人分）

- ・ さつまいも … 150g (小さいサイズ 2 本)
- ・ 豚バラ肉 … 50g
- ・ 焼肉のタレ … 少々

作り方

- (1) 小さいサイズのさつまいもを焼きいも（→ 01 基本の焼きいも 4 ページ参照）にする。
- (2) 焼きいもを取り出し、豚バラ肉を巻き、2 分半ほど加熱する。
- (3) 裏返して、焼肉のタレをかけ、豚肉に火が通れば完成。

調理ポイント

- ・ ネットリした品種（べにはるか、シルクスイートなど）がおすすめ。
- ・ さつまいもは、細長い形状ののを使うと、作りやすい。

※ 料理画像はすべてイメージです。



材料 (2 人分)

- ・ さつまいも … 150g
- ・ ミートソース … 30g
- ・ ピザ用チーズ … 30g

作り方

- (1) 焼き芋プレートにさつまいもをのせ 20 分程度加熱して、少しかたさが残るぐらいで取り出し、半分に切る。
- (2) 半分に切ったさつまいもの上にミートソース、ピザ用チーズを乗せ、10 分程度加熱する。
- (3) チーズの溶け具合が、お好みの状態になったら完成。

調理ポイント

- ・ ホクホクした品種（ベニアズマ、高系 14 号など）がおすすめ。
- ・ チーズはたっぷり乗せて、カリカリのチーズの羽を作ると美味しい。



材料 (4 人分)

- ・ さつまいも … 150g
- ・ りんご … 150g

作り方

- (1) さつまいも、りんごを乱切りにし、焼き芋プレートに入れる。
- (2) 10 ～ 15 分加熱し、さつまいもに火が通っているようであれば完成。

調理ポイント

- ・ お好みでシナモンパウダーやハチミツをかけると良い。
- ・ そのまま食べるのではなく、パンやパンケーキにトッピングするのも良い。



材料（4人分）

・さつまいも	… 200g
・オリゴ糖	… 大さじ 2
・胡麻	… 少々
・サラダ油	… 適量

作り方

- (1) さつまいもを乱切りする。
- (2) 焼き芋プレートに薄くサラダ油をひき、乱切りしたさつまいもを入れ、オリゴ糖をまんべんなくかける。
- (3) 15 ～ 20 分加熱する。たまにさつまいもを裏返す。
- (4) キツネ色になったら、取り出し、胡麻をからめて完成。

調理ポイント

- ・ホクホクした品種（ベニアズマ、高系 14 号など）がおすすめ。
- ・サラダ油ではなく、胡麻油を使うとより香ばしくなる。こめ油もおすすめ。

焼きいもと
りんごのパイ

材料（1 個分）

・焼きいも	… 150g
・りんご	… 150g
・グラニュー糖	… 20g
・バター	… 10g
・レモン汁	… 少々
・シナモンパウダー	… 適量
・冷凍パイシート	… 2 枚
・溶き卵	… 適量

作り方

- (1) りんごの皮と芯をとり、厚さ 5mm のいちよう切りにする。
- (2) フライパンにりんご、バター、グラニュー糖を入れて炒め、水分が出てきたら、レモン汁を加えて 10 分ほど煮る。
- (3) 解凍したパイシートの上に、スライスした焼きいも（→ 01 基本の焼きいも 4 ページ参照）を並べ、その上に（2）を乗せ、シナモンパウダーを振りかける。
- (4) パイシートの周りに、溶き卵を塗り、切れ込みを入れたパイシートをかぶせる。ふちをフォークでおさえ、表面に溶き卵を塗る。
- (5) 平面プレートに（4）のをせ、ふたを閉じて約 50 分焼く。



材料（1 枚分）

- ・ さつまいも … 150g
- ・ 片栗粉 … 30g
- ・ 塩 … 少々
- ・ オリーブオイル … 40ml
- ・ はちみつまたはメープルシロップ … 適量

作り方

- (1) さつまいもを薄く細切りにする。
- (2) (1) に片栗粉とオリーブオイル、塩を混ぜる。
- (3) (2) を平面プレートに薄くのばしながら入れる。
- (4) 約 30 分加熱する。
- (5) はちみつまたはメープルシロップをかける。

調理ポイント

- ・ ホクホクした品種（ベニアズマ、高系 14 号など）がおすすめ。



材料（1 人分）

- ・ サンド用食パン … 2 枚
- ・ 焼きいも … 80g
- ・ クリームチーズ … 30g
- ・ シナモンパウダー … 少々

作り方

- (1) 焼きいも（→ 01 基本の焼きいも 4 ページ参照）をスライスして、片方のサンド用食パンを乗せる。
- (2) 焼きいもの上にクリームチーズを塗り、シナモンパウダーを振りかける。
- (3) もう片方のサンド用食パンで挟む。
- (4) 平面プレートに乗せ、10 分ほど加熱する。

調理ポイント

- ・ ネットリした品種（べにはるか、シルクスイートなど）がおすすめ。



材料（1人分）

- ・ サンド用食パン … 2枚
- ・ 焼きいも … 50g
- ・ ホイップクリーム … 50g

作り方

- (1) サンド用食パンにホイップクリームを塗る。
- (2) 焼きいも（→ 01 基本の焼きいも 4 ページ参照）を半分にカットし、片方のサンド用食パンに乗せる。
- (3) もう一方のサンド用食パンで挟み、カットする。

調理ポイント

- ・ ネットリした品種（べにはるか、シルクスweetなど）がおすすめ。



材料（1人分）

- ・ グラノーラ … 50g
- ・ 焼きいも … 50g
- ・ 牛乳 … 200ml

作り方

- (1) 焼きいも（→ 01 基本の焼きいも 4 ページ参照）を一口サイズにカットする。
- (2) 器にグラノーラを入れ、その上に焼きいもを乗せて、牛乳をかける。



材料（4 個分）

・ 焼きいも	… 150g
・ バター	… 小さじ 2
・ 卵黄	… 1 個
・ 生クリーム	… 小さじ 1
・ 塩	… 少々
・ 小麦粉	… 適量
・ 溶き卵	… 適量
・ パン粉	… 適量

作り方

- (1) 焼きいも（→ 01 基本の焼きいも 4 ページ参照）は皮をむき、フォークなどでつぶす。
- (2) バター、卵黄、生クリームを入れ、全体がねっとりするまで混ぜる。
- (3) お好みサイズにまとめ、小麦粉、溶き卵、パン粉の順で衣をつける。
- (4) フライパンにタネが半分つかうくらいの深さで油をあたため、揚げ焼きにする。
- (5) キツネ色になったら完成。

調理ポイント

- ・ ホクホクした品種（ベニアズマ、高系 14 号など）がおすすめ。



材料（1 個分）

・ 春巻きの皮	… 1 枚
・ 焼きいも	… 100g
・ シナモンパウダー	… 少々
・ サラダ油	… 適量

作り方

- (1) 焼きいも（→ 01 基本の焼きいも 4 ページ参照）は皮をむき、フォークなどでつぶす。
- (2) つぶした焼きいもを春巻きの皮の上におき、シナモンパウダーを振りかけてから、包む。
- (3) 焼き芋プレートにサラダ油を塗ってから、春巻きを 5 分ほど加熱する。
- (4) 裏返して 5 分ほど加熱し、焼き色ができれば完成。

調理ポイント

- ・ ネットリした品種（べにはるか、シルクスイートなど）がおすすめ。



材料（1 人分）

・ 焼きいも	… 50g
・ 水切りヨーグルト	… 30g
・ アーモンドスライス	… 少々
・ はちみつ	… 少々

作り方

- (1) 焼きあがった焼きいも（→ 01 基本の焼きいも 4 ページ参照）を冷凍庫で凍らせる。
- (2) 凍らせた焼きいもの皮をむき、一口サイズにカットする。
- (3) アーモンドスライスをフライパンで軽くローストしたうえで、少し砕いておく。
- (4) 焼いもが半解凍状態になったら、皿に盛りつけ、水切りヨーグルト、アーモンドスライス、お好みに合わせてはちみつをかける。

調理ポイント

- ・ ホクホクした品種は冷やすと硬くなり食感が悪くなるので、ネットリした品種（べにはるか、シルクスイートなど）で作る方が良い。



材料（2 人分）

・ 焼きいも	… 200g
・ サラダ油	… 適量

作り方

- (1) 焼きいも（→ 01 基本の焼きいも 4 ページ参照）は皮を残して、手で一口サイズにちぎる。
- (2) フライパンに半分つかくくらいの深さのサラダ油で、揚げ焼きする。

調理ポイント

- ・ ネットリした品種（べにはるか、シルクスイートなど）がおすすめ。
- ・ 包丁ではなく手でちぎる方がホクホクに仕上がる。



材料（1 個分）

・ ライスペーパー	… 1 枚
・ 焼きいも	… 50g
・ ホイップクリーム	… 5g
・ あんこ	… 10g

作り方

- (1) 焼きいも（→ 01 基本の焼きいも 4 ページ参照）は、冷ましてから巻きやすい形に整え、真ん中から半分にカットする。
- (2) ライスペーパーを水でもどし、乾いたまな板の上に乗せる。
- (3) ライスペーパーの上に、焼きいもを置き、その上に、あんこ、ホイップクリームを乗せ、さらに残りの半分の焼きいもを乗せる。
- (4) 具材を包み込むようにライスペーパーで巻いていく。

調理ポイント

- ・ ネットリした品種（べにはるか、シルクスweetなど）がおすすめ。



材料

・ 焼きいも	… 適量
・ バニラアイス	… 適量
・ ホイップクリーム	… 適量
・ ヨーグルト	… 適量
・ 粒マスタード	… 適量
・ スイートチリソース	… 適量

作り方

- (1) ヨーグルトは事前に水切りをしておく。その他の材料はそのまま使用する。
- (2) 基本の焼きいも（→ 01 基本の焼きいも 4 ページ参照）をカットして、チョコイ乗せする。



材料 (2人分)

- ・ 焼きいも … 150g
- ・ 牛乳 … 250ml
- ・ 氷 … 50g
- ・ バニラエッセンス … 少々

作り方

- (1) ミキサーに焼きいも (→ 01 基本の焼きいも 4 ページ参照)、牛乳、氷、バニラエッセンスを入れて滑らかになるまで攪拌する。
- (2) 器に移して、カットした焼きいもを乗せる。

調理ポイント



- ・ 焼きいもはトッピング用に少しだけ残しておく。



材料

- ・ とうもろこし (径 6cm 長さ 22cm 以内のもの) … 2 本まで

作り方

- (1) とうもろこしは皮を 1 ～ 2 枚はがします。
- (2) 焼き芋プレートに皮ごとのせ、フタを閉じて 25 ～ 30 分加熱をして完成。

✕ 𐰏

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



株式会社ドウシシャ

www.doshisha.co.jp

- ※ 商品の仕様は改良のため予告なく変更することがあります。
- ※ 料理画像はすべてイメージです。
- ※ Facebook および Facebook ロゴは Facebook, Inc. の商標または登録商標です。
- ※ 「Twitter」は、Twitter, Inc. の商標または登録商標です。
- ※ 「Instagram」および Instagram のロゴマークは、米国およびその他の国における Instagram, LLC の商標または登録商標です。
- ※ YouTube および YouTube ロゴは、Google Inc. の商標または登録商標です。