

# あおもりのお手軽家庭料理レシピ

file 114

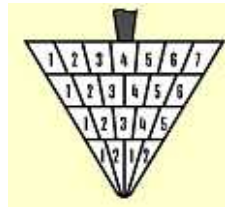
## リンゴの甘煮春巻き

レシピ提供:

三重県立相可高等学校調理クラブ  
中部地区青森りんごの会

### 1人分の栄養価

食事バランスガイド



おやつ



エネルギー	190kcal
タンパク質	1.8g
脂質	10.4g
塩分	0.1g

栄養価は(社)青森県栄養士会調べ



### 材料(4人分)

印は青森県産品が活用できます

りんご...	1/2個
春巻きの皮...	8枚
バター...	30g
砂糖...	大さじ2
蜂蜜...	大さじ1



レシピ提供者から...

ひとこと

シンプルでとても簡単にできます。



### 作り方

りんごを8等分にして薄くスライスする。塩水につけておく。  
フライパンにバターを入れ、火にかけて溶かす。  
バターが溶けたらりんごを入れ、砂糖を加えてやわらかくなるまで煮る。  
春巻きの皮のふちに蜂蜜をぬり、りんごの甘煮を巻く。  
油できつね色になるまで揚げて、出来上がり。

この他のレシピは「あおもりのお手軽家庭料理レシピ集」(<http://www.pref.aomori.lg.jp/life/shoku/recipe.html>)をご覧ください。