

# ふくやまの農林水産物を利用した地産地消メニュー



元気な福の山ファミリー



今回の食材は… **柿**



です！

「地産地消」とは、地域の食材をその地域で消費する（食べる）ことです。地域の農業や伝統的な食文化、豊かな自然環境を守り、継承することにつながります。

## ●● 柿パイ ●●

### 材料（つくりやすい分量）

柿	200g
砂糖	25g
レモン汁	大さじ1/2
ラム酒	大さじ1/2
冷凍パイシート(18×18cm)	1枚
薄力粉（打ち粉）	少々
卵	少々

### 作り方

- ① 柿は皮・種を除き、いちょう切りにする。
- ② ①と砂糖を鍋に入れて、水分がなくなるまで煮る。
- ③ ②にレモン汁、ラム酒を入れ、冷ます。
- ④ 薄力粉(打ち粉)をひき、その上でパイシートをのばす。  
(24×24cmになるようにする)
- ⑤ ④を9等分に切り、端に溶き卵を塗り、③をのせ、三角に折る。
- ⑥ ⑤を天板にのせ、上面に溶き卵を塗って、200℃のオーブンで10～15分ほど焼く。

### 栄養価（1個あたり）

エネルギー	95kcal	たんぱく質	1.6g
脂 質	5.2g	食塩相当量	0.2g



旬のおいしい柿を使った秋らしいパイです。  
アップルパイに負けないくらいのおいしさです。  
柿の甘さによって、砂糖の量を調整してください。

福山市で  
採れた **柿**



福山市食生活改善推進員協議会