

## 保育園で人気だった「市田柿」のおやつ ～レシピ紹介～

阿智村伍和保育園提供

### ○ 干し柿入り蒸しパン

< 1人分材料 >

干し柿 15 g (半分くらい)  
小麦粉 10 g  
ベーキングパウダー 0.5 g  
卵 5 g  
砂糖 2 g  
バター 1 g  
アルミカップ 6号か8号



< 作り方 >

- ①干し柿の種を取り半分に8等分くらいに切る。
- ②小麦粉とベーキングパウダーを混ぜて、2回ほどふるう。
- ③卵と砂糖を泡立器よくかき混ぜる。
- ④②に③を入れ、とかしバターを入れ、柿の半分を入れてさっくりと混ぜる。
- ⑤アルミカップに④を入れ、上に残りの柿をトッピングし蒸し器で15から20分蒸して出来上がり！

### ○ 干し柿の天ぷら

< 1人分材料 >

干し柿 15 g  
小麦粉 10 g  
卵 4 g  
サイコロチーズ 10 g

< 作り方 >

- ①干し柿を蒸しパンと同じように切る。
- ②ボールに小麦粉、卵、干し柿、チーズを入れかき揚げになるくらいの水を入れる。
- ③油に、スプーンで②を入れ揚げると出来上がり！