



## 熟した柿を使って 柿ようかん (20×16×2.5cm バット1個分)

柿 (皮・種を除いて) . . . . . 900 g  
 (あれば) 柚子の皮 . . . . . 少々  
 砂糖 . . . . . 180 g  
 粉寒天 . . . . . 8 g  
 レモン汁 (柚子しぼり汁) . . 大さじ1

※粉寒天はダマになりやすいので、振り入れる際は必ず少しずつ加えてはかき混ぜるように。焦げ付き注意!

- ① 柿 (固い物であれば細かく刻み) を柚子の皮と共にミキサーにかけ、ペースト状に粉碎する。
- ② ①を鍋に移し、弱火で加熱。木べらでかき混ぜながら十分に熱くなったら砂糖を入れる。すると、水分が出てくるので、今度はそれを見計らって粉寒天を振り入れ混ぜる。
- ③ 粉寒天が混ざったら、少しの間加熱を続けてから火を止め、レモン汁等の絞り汁を加える。
- ④ ③をバット等に移し、固める。

全量分	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分	カルシウム	鉄分	食物繊維
	1,247kcal	3.9g	1.8g	0g	137mg	3.2mg	20.3g
1/30 切れ	42kcal	0.1g	0.1g	0g	5mg	0.1mg	0.7g