

和海地方の柿料理



和海地方生活研究グループ連絡協議会
海草振興局農林水産振興部農業水産振興課

※食物アレルギーをお持ちの方は、原材料をご確認ください。

柿なます

材料

干柿（大）	1/2～1個
大根	1/4本
塩	小さじ1
砂糖	大さじ4
酢	大さじ4



作り方

- 1 大根は皮をむいてマッチ棒ほどの大きさの細切り、塩小さじ1を振ってもみ10～15分おき、しんなりしたらサッと洗って水気を絞る。
- 2 砂糖・酢各大さじ4をボールに合わせ①を加え混ぜる。
- 3 干柿はヘタと種をのぞき細切りにする。②にあえて器に盛る。

柿とベーコンのサンドウィッチ

材料

柿
ベーコン
キャベツ
マヨネーズ
サンドウィッチ用食パン
バター



作り方

- 1 ベーコンは、フライパンで焼く。
- 2 キャベツは千切りにして、マヨネーズ少々で和えておく。
- 3 柿は皮をむいて、5mm位の厚さに切る。
- 4 パンにバターをぬり、③の柿・②のキャベツ・①のベーコンの順におき、上にバターをぬったパンをおきサンドウィッチを作る。
- 5 出来上がったサンドウィッチは3つに切り分ける。

※食物アレルギーをお持ちの方は、原材料をご確認ください。

柿アメ入り蒸しパン

材料

ホットケーキミックス	400g
柿アメ	150cc
水	150cc
卵	2個
レーズン	適量



作り方

- 1 材料を全部ボールに入れ、よく混ぜる。
- 2 ①の生地をアルミケースに流し、湯気の上った蒸し器で15分ほど蒸す。
生地をケーキ型に入れて蒸しても良い。

※柿アメは、柿を煮詰めて作る。砂糖の代用として使用。

柿大福

材料（24個分）

もち粉	300g
砂糖	210g
白あん	600g
柿	2個～3個
60度のお湯	420cc
片栗粉	適量



作り方

- 1 もち粉と砂糖をボールに入れよく混ぜる。
- 2 ①のボールにお湯を少しずつ入れながら、よく混ぜなめらかになるまで混ぜる。
- 3 蒸し器に②を入れ上に布巾をかけて水がたれないようにして10分蒸し、よく混ぜあと10分蒸す。
- 4 白あんは24個に分け丸めておく。白あんの方が柿と良く合う。
- 5 柿は皮をむき、1個を12等分する。イチゴと同じ大きさにする。
- 6 片栗粉をひいた布の上に③の生地を3等分し、その一つを8等分すると24個できる。
- 7 柿を白あんて包んで丸める。それを⑥の生地で包む。

※食物アレルギーをお持ちの方は、原材料をご確認ください。

柿と大根のサラダ

材料（4人分）

柿	1個
大根	200g
サラダ用水菜	1束
塩	小さじ1
酢	大さじ1
砂糖	大さじ1
塩	小さじ1/2
マヨネーズ	大さじ3
からし	少々



作り方

- 1 大根は3cmの拍子切りにして塩小さじ1をふりかけ10～20分置き、ざるに上げておく。
 - 2 かきも大根と同じ大きさに切る。
 - 3 水菜は3cmの長さに切る。
 - 4 酢・砂糖・塩・マヨネーズ・からしでドレッシングを作り食前に合える。
- ※ 好みでハムや焼きベーコン・にんじんなどを加えると色合いもきれいで美味しい。

つるし柿の作り方

材料

渋柿

作り方

- 1 鍋にお湯を沸かし沸騰させておく。
- 2 渋柿をピューラで皮をむく。皮をむいてすぐに①の熱湯に5秒つける。
- 3 ハタをひもでつるし、風のとおりところで1週間程度乾燥させる



※食物アレルギーをお持ちの方は、原材料をご確認ください。

柿パウンドケーキ

材料

小麦粉	100g
バター	100g
卵	2個
砂糖	60g
ベーキングパウダー	5g
干し柿	4個(80g)
ラム酒	大さじ1
ブランデー	大さじ1



作り方

- 1 ボールにバターを入れよく混ぜる。
- 2 ①のバターに分量の砂糖を2～3回に分け入れよく混ぜる。
- 3 ②の上に卵を数回に分け、少しずついれてよく混ぜる。
- 4 干し柿を細かく刻み、ラム酒とブランデーに30分つけたものと小麦粉を加え、ざっくり混ぜて、パウンドの型に入れオーブンで焼く。

柿アメ入りサンショボ

材料(50個分)

柿アメ	200g
砂糖	50g
水アメ	250g
水	70cc
はったい粉	300g
きな粉	適量



作り方

- 1 柿アメ・砂糖・水アメ・水を合わせて火にかけ、沸騰して泡が出るまで煮る。
- 2 大きなボールに、はったい粉を半分入れ①を流し込み、残りはったい粉を加える。
- 2 シャモジですばやく混ぜて団子に取り、まな板の上でよくこねる。
- 4 さらに小さく取り棒状にのばし斜めに切り、きな粉をまぶす。

※食物アレルギーをお持ちの方は、原材料をご確認ください。