

柿の美味しいはなし。

日本で古くから食べられている秋の味覚、柿。「柿が赤くなれば医者が青くなる」と言われるように、栄養が豊富に含まれており、長く好まれているのにも理由があります。果実だけではなく、葉などにも栄養があり、さまざまな使い方ができます。その味覚は海を越え、遠い地でも楽しまれています。

1 おいしい柿の見分け方

ヘタの形がきれいで、果実にはりついているものがおすすめ。また、ヘタ付近まで果実全体がしっかりと色づいていて、果皮にハリとツヤがあり、ずっしりとした重みがあるものがよいとされています。

2 熟した柿が余っていたら？

熟しすぎた柿は、まるごとラップで包んで冷凍してシャーベットに。ヘタの部分をナイフで取れば、そのまま器のようになります。半解凍にしてシャリシャリとした食感を楽しめます。

3 おすすめの保存方法は？

かための食感を楽しみたい場合は、ポリ袋に入れて冷蔵庫で保存するのがおすすめ。トロトロの食感がよければ新聞紙で包んでポリ袋に入れ、常温でしばらく置いておきます。

4 果実だけではなく、柿の利用

柿は果実だけではなく、ヘタや葉にも栄養がたっぷり。なんと柿の葉に含まれるビタミンCはレモンの20倍ほど。柔らかいうちは天ぷらに、かたくなったらお茶として味わえるなど、さまざまなかたちで楽しめます。なかでも「柿の葉寿司」は奈良県の特産品として有名です。

5 柿の味覚は海の向こうでも

天理の柿は沖縄や香港などにも届けられ、海の向こうにもファンをつくっています。なかでも、果物が多く消費されている沖縄では、柿の出荷時期である秋に収穫される果物が少ないため、秋に届く天理の柿はとて喜ばれているそうです。

Let's try!

牛乳と混ぜるだけ！お手軽レシピ

卵もゼラチンも使わず、柿を牛乳と混ぜるだけ。柿に含まれる成分ペクチンが牛乳のカルシウムとあわさることでプリンのように固まります。

柿プリンの作り方

【材料】 柿1個／牛乳80ml程度／お好みで砂糖

- 1 柿のヘタを取り、皮をむき、種がある場合は取り除く。
- 2 柿を適当な大きさに切り、ミキサー等でペースト状にする。
- 3 2の半量の牛乳を入れ、砂糖等で好みの甘さにしてからなめらかになるまでミキサー等で攪拌する。
- 4 3を容器に入れ、冷蔵庫で3時間以上冷やし固めて完成。



市内直売所等で販売しております。
詳細はこちら。

Information



めぐみめぐるてんり



めぐみめぐるてんり
Instagram: @megumimegurutenri



ふるさと納税
天理市HPのバナーから

About > めぐみめぐるてんり

奈良県天理市とgrafが取り組み始めた天理市のブランディングプロジェクト“めぐみめぐるてんり”。観光人口の増加や移住・定住の促進、天理生まれのモノやコトの価値向上を目的に発足しました。幅広いポテンシャルを秘める天理の“めぐみ”を可視化し、市内外の方へのブランドイメージの普及を進めていきます。

発行：天理市
クリエイティブディレクション&
デザイン：graf
Photo：野口寛彰
Illustration：谷小夏

てんりの かき

天のめぐみ、土のみのり

#02 persimmon

This place has been “A Home”, long before a country was born.
Where history and Nature's gifts have constantly come and gone.
The sound and beautiful city, Tenri.



めぐみ
めぐる
てんり