

市田柿

販売開始から100年以上！
大正10年から続く南信州の伝統的特産品

長野県下伊那郡高森町市田地域発祥の干柿。

あめ色の果実にきめ細かな白い粉をまとう上品な姿は、天竜川から立ち込める朝霧と先人から継承された技が織りなす芸術品と言われます。

現在は、国内だけでなく台湾や香港を中心として、海外からも非常に高い評価を受けています。

「柿霜（しそう）」


市田柿の表面を覆っている白い粉のことを言います。これは、市田柿を乾燥させる際によく揉むことで果実中の水分と糖分が外へにじみ出て結晶化したものです。市田柿は手間と時間をかけ、生産者の手によって丁寧に作られています。



市田柿の渋はなぜ抜ける？

渋みの原因は、水に溶ける性質のあるタンニンという物質です。市田柿に含まれるタンニンは、食べた時に人の口の中で唾液に溶けると渋みを感じます。

柿の皮をむくことで果実内で発生するエタノールはアセトアルデヒドに変化し、タンニンと結合することで水に溶ける性質が無くなります。これにより、人は渋みを感じなくなり、甘さだけを感じるようになります。



農林水産大臣登録
第13号
2016年登録

地理的表示（GI）保護制度とは生産地と結び付いた特性をもつ農林水産物等の名称を品質基準とともに国が登録し、地域の共有財産として保護する制度です。

安心・安全に配慮して生産され、GIマークを付け、市田柿として販売されています。

購入可能店舗・問い合わせ先等



市田柿ブランド
推進協議会HP



市田柿について
JAみなみ信州HP

Recipe
NO.16

市田柿入りキーマカレーおやき

作成者：飯田女子短期大学

～ 作り方 ～

- ①Aを混ぜてよくこね、30分寝かせる
- ②玉ねぎはみじん切り、市田柿は1cm角に切る
- ③フライパンに油をひき、玉ねぎがしんなりするまで炒める。その後、豚ひき肉を加え、火を通す
- ④市田柿と混ぜ合わせたBを加え、炒める
- ⑤汁気がなくなったら、火を止めて粗熱をとる
- ⑥蒸し器でお湯を沸かす
- ⑦Aの生地を棒状にのばし、5つに分ける
- ⑧生地を丸く平たくのばし、具材をのせて包む
- ⑨つなぎ目を下にして、蒸し器で15分蒸す
- ⑩フライパンに油をひき、蒸したおやきの両面に焼き色をつけたら完成！

ポイント！

カルシウム不足を補うために牛乳を使用！
「市田柿の甘さ」でカレーの辛さがまろやかに！

● 材料(5個分)

A(中力粉 100g、砂糖 小さじ1、ベーキングパウダー小さじ1/2、牛乳 60cc)

B(酒 大さじ1、めんつゆ 2倍濃縮 大さじ2、カレー粉 小さじ1)

- ・玉ねぎ 50g
- ・豚ひき肉 70g
- ・市田柿 40g
- ・チーズ 25g
- ・油(炒める用、仕上げ用) 各小さじ1
- ・ガラムマサラ お好みで



Recipe
NO.17

市田柿入り焼肉コッペパンサンド

作成者：飯田女子短期大学

～ 作り方 ～

- ①コッペパンに切れ目を入れる
- ②レタスを水洗いし、ザルに空け、水気を切る
- ③焼肉用の肉にあらかじめ塩コショウをふり、下味をつけておく
- ④玉ねぎと市田柿を 5mm幅の半月切りにする
- ⑤フライパンに油をひき、肉と玉ねぎを炒める
- ⑥全体に火が通ったら、市田柿を加え、ざっと炒め、焼肉のタレで味付けをする
- ⑦パンにレタスと⑥を挟んだら、完成！

ポイント！

高森町発祥の「市田柿」と
「焼肉の街」飯田市 のコラボレーション！！

● 材料(6個分)

- ・コッペパン 6個
- ・焼肉用の肉 100g
- ・玉ねぎ 1/4個
- ・市田柿 40g
- ・レタス 60g
- ・焼肉のタレ 大さじ4
- ・塩コショウ 適量
- ・油 小さじ1

