

金ごまパンフキンパイ

～ハロウィンパーティーやクリスマスに重宝するかぼちゃと金ごますりごまのヘルシーパイです～



★使用商品：金ごますりごま 60g

★姉妹品：金ごますりごま 40g

<材料> 8人分

かぼちゃ	400g
砂糖	75g
金ごますりごま	大さじ4
バター	大さじ2
卵黄	2個
バニラオイル	少々
冷凍パイ生地	2枚
A 杏ジャム	大さじ2
水	大さじ1
飾り用のフルーツ、ミント	

<作り方>

1. かぼちゃはひと口大に切りゆで、皮を取りつぶす。
2. バター、砂糖、卵黄、金ごますりごまを加え、鍋に戻しさっと火を通す。
3. パイシートは4等分し、220度のオーブンで10分～12分で焼く。
4. 半分に手で割り、間に2.を挟み、Aを上のパイに塗り、フルーツとミントをのせる。

206Kcal、塩分0.2g(1人分)、調理時間25分

金ごま本舗株式会社

兵庫県宝塚市山本中3丁目19-26

TEL 0797-80-4150

<http://www.kingoma.co.jp/>