

材 料 (冷凍パイシート1枚分)

冷凍パイシート(市販).....	1枚
りんご.....	50g
黒蜜.....	30g
A きび糖蜜.....	15g
バター(無塩).....	5g

天下蜜..... 適宜

(八丁味噌だれと黒蜜の
割合はお好みで)

卵(照り用)..... 適量

作り方

1. りんごを洗浄し、1/4に切る。芯を取り除き、皮を付けたまま1cm程度の角切りにする。
2. フライパンに1のりんごを入れ、Aを加えて焦がさないように煮詰め、皿に移し冷ましておく。
3. パイシートを半分に切り、更に斜めに切って三角形にする。1枚に天下蜜をぬり、その上に2のりんごをのせる。パイ皮の1枚に2カ所包丁で切り込みを入れ、りんごをのせたパイ皮の上に被せる。卵をぬり、クッキングシートを敷いた天板の上のせ170℃に予熱したオーブンで、15～17分焼く。
4. 器に盛り付ける。

調理時間
の目安
約60分

栄養価

(1切れ)

エネルギー ▶	276kcal	食物繊維総量 ▶	1.2g
たんぱく質 ▶	2.7g	カルシウム ▶	37mg
脂 質 ▶	13.7g	鉄 ▶	0.7mg
炭水化物 ▶	36.2g	食塩相当量 ▶	0.6g



アップルパイ

りんごを
黒蜜で煮詰めて
コクと甘さを出した
アップルパイです

コクのある
甘さと風味が
魅力!