



土佐あきの
おいしい野菜

Cooking

室戸の西山きんときを使った

金時いもパイ

材料(2人分)

西山きんとき……………1本
冷凍パイシート……………1枚
卵黄……………1個分
グラニュー糖……………少々
シナモン……………少々

つくり方

- ①パイシートを1.2~1.3倍に伸ばす。
- ②西山きんときは皮つきのまま5mmの厚さの輪切りにして水にさらして、レンジで加熱して冷ます。
- ③①のパイシートに少し重なるように②をのせる
- ④水溶き卵黄を全体にぬり、グラニュー糖とシナモンをまぶす。
- ⑤200℃に加熱しておいたオーブンに入れ、焼き色を見ながら15~20分程焼く。



食物繊維、ビタミンB₁、C、Eなどを豊富に含むサツマイモ。

雄大な太平洋を望む室戸の海岸段丘の中に位置する西山台地産の西山きんときは、鮮やかな赤色と味わいの豊かさが特徴。秋に掘り、5月下旬まで出荷しています。