

## りんごとピーナッツバターの新しい食べ方提案！

# 今が旬の信州りんごとピーナッツバターのコラボレーションレシピを紹介

『新宿高野』と『銀座NAGANO』とのコラボレーションイベントを開催



新宿高野フルーツカルチャースクール

アメリカンピーナッツ協会（駐日事務所：東京都港区南青山 代表：天野いず美）は、2021年11月16日に株式会社新宿高野（東京都新宿区）にて、新宿高野と銀座 NAGANO とのコラボレーションイベント『新宿高野フルーツカルチャースクール「Imported food」～フルーツとピーナッツの楽しみ方～』を開催しました。今回のスクールで参加者の皆様に提供した、りんごとピーナッツバターのレシピを紹介させていただきます。

ピーナッツバターは、アメリカでは魅力的なボディのキープに余念のない俳優やモデルがヘルシーフードやダイエットフードとして愛用しており、ヘルシーなおやつとして「ピーナッツバター×りんご」や「ピーナッツバター×セロリ」など、日本ではあまり馴染みのないような食べ合わせが人気となっています。また永遠のロックスター、エルビス・プレスリーがおふくろの味として愛した、今やアメリカの定番フードとなっている、ピーナッツバターとともにベーコン、バナナを食パンにはさんでこんがり焼いた甘じょっぱいサンドイッチ「エルビスサンド」など、アメリカではピーナッツバターは欠かせない食材となっています。

そのような背景から、ピーナッツバターとフルーツの新たな楽しみ方を提案するため、今回のスクールでは、各社アメリカンピーナッツバターの食べ比べやアメリカ産ピーナッツを使ったピーナッツバターの製作実演、ピーナッツバターと相性の良いフルーツである今が旬の長野県産りんごを使用した様々なメニューを提供しました。特に断面が赤く花の模様が特徴の赤肉りんご「なかの真紅（しんく）」を使ったサラダやホットパイは、参加者の皆様にりんごとピーナッツバターの新たなカップリングとしてお楽しみいただき大変好評でした。

タカノフルーツパーラーフルーツチュリエ阿天坊真純さんが今回のために考案した4品のコラボレーションメニューのレシピを紹介させていただきます。ぜひ一度、ピーナッツバターやりんごの新しい食べ方を試してみたいかたがでしょうか。

### ◆紹介メニュー

- ・ アメリカンピーナッツとりんごのスムージー
- ・ エルビスサンド&りんごときのこのサラダ ~アメリカンピーナッツドレッシング~
- ・ りんごとアメリカンピーナッツバターホットパイ

### アメリカンピーナッツとりんごのスムージー




#### 【材料（2人分）】

- |                            |       |
|----------------------------|-------|
| ・長野県産りんご（シナノゴールド）          | 1 玉   |
| ・和梨                        | 1 玉   |
| ・小松菜                       | 50 g  |
| ・豆乳                        | 400cc |
| ・アメリカ産ピーナッツバター（スキッピークリーミー） | 20 g  |
| ・アスコルビン酸 適量                |       |

#### 【作り方】

- ① りんご、和梨、小松菜をひと口大に切る。
- ② ミキサーに①、豆乳、ピーナッツバター、アスコルビン酸を入れてなめらかになるまで回す。
- ③ グラスに注いで出来上がり。

 **エルビスサンド&りんごときのこのサラダ ~アメリカンピーナッツドレッシング~**



**<エルビスサンド>**

**【材料（2人分）】**

|                        |     |
|------------------------|-----|
| ・食パン 8枚切り              | 4枚  |
| ・ベーコン                  | 8枚  |
| ・バナナ                   | 2本  |
| ・アメリカ産ピーナッツバター（スマッカーズ） | 50g |
| ・有塩バター                 | 20g |

**【作り方】**

- ① バナナは縦半分に切り、さらに横半分に切る。
- ② フライパンにベーコンを入れて中火で熱し、カリッとするまで上下を返しながらかいて取り出す。
- ③ 食パン2枚の片面にピーナッツバターを等分にぬる。食パン1枚にバナナを並べてのせる。ベーコンをのせ、残りのパンではさむ。
- ④ フライパンの油をキッチンペーパーでふきとり、バターを入れて中火で熱する。③を入れて焼き色がつくまで上下2〜3分焼く。
- ⑤ 取り出してカットして出来上がり。

**<りんごときのこのサラダ ~アメリカンピーナッツドレッシング~>**


**【材料（2人分）】**

|                 |     |
|-----------------|-----|
| ・長野県産りんご（なかの真紅） | 1玉  |
| ・まいたけ           | 40g |
| ・しめじ            | 40g |
| ・エリンギ           | 40g |
| ・バター            | 20g |
| ・塩こしょう          | 少々  |
| ・ベビーリーフ         | 40g |
| ・サニーレタス         | 40g |
| ・クレソン           | 1本  |

|                               |      |
|-------------------------------|------|
| ・カッターチーズ                      | 20 g |
| ・アメリカ産ピーナッツバター（スキッピースーパーチャック） | 20 g |
| ・ゴマドレッシング                     | 20 g |
| ・アスコルビン酸                      | 適量   |

【作り方】

- ① りんごをひと口大にカットして、アスコルビン酸を少し振りかける。
- ② ベビーリーフ、サニーレタス、クレソンを食べやすい大きさにカットする。
- ③ きのはバターで炒めて、塩こしょうで味付けしておく。
- ④ お皿に②を盛り付け、③、りんご、カッターチーズを飾りつける。
- ⑤ ピーナッツバターとゴマドレッシングを混ぜ合わせて回しかける。

 りんごとアメリカンピーナッツバターのホットパイ



【材料（4人分）】

<りんごソテー>

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| ・長野県産りんご（なかの真紅）          | 2 個   |
| ・グラニュー糖                  | 100 g |
| ・シナモン                    | 20 g  |
| ・アメリカ産ピーナッツバター（ジフ クリーミー） | 30 g  |
| ・市販パイシート                 | 4 枚   |
| ・市販カスタード                 | お好み   |
| ・ホイップクリーム                | お好み   |
| ・ピスタチオ                   | 少々    |
| ・アメリカ産ピーナッツバター（ジフ クランチ）  | お好み   |
| ・なかの真紅（飾り用）              | 1 個   |

## 【作り方】

- ① りんごは芯と種をとって、12 等分にする。
- ② 鍋にりんご、グラニュー糖、シナモンを入れて炒める。  
水分がなくなったところでピーナッツバターを入れる。
- ③ 粗熱がとれたら、りんごを食べやすい大きさにスライスする。
- ④ 直径 8cm ほどの丸い型に対して、一回り大きく丸抜きしたパイ生地を用意し、フォークでパイ生地に穴をあける。
- ⑤ 型にパイ生地を入れて、カスタード、ソテーしたりんごを入れる。
- ⑥ 170℃のオーブンで 15 分焼く。
- ⑦ お皿に盛り付け、上からホイップクリーム、ピーナッツバター（JIF 粒入り）、ピスタチオをのせる。
- ⑧ 飾り用のなかの真紅をスライスして仕上げに飾る。

## ◆レシピ使用ピーナッツバターの紹介

<ピーナッツバターを塗り広げれば、笑顔も広がる！「スキッピー」>

日本でもおなじみのピーナッツバターブランド、スキッピー。食欲をそそる香ばしさと、まろやかな口あたりが楽しめます。保存料や添加物は一切含まれておらず、品質にこだわる方にも安心。クリーミータイプと、サクサクのピーナッツ食感が特徴的なスーパーチャックタイプがあります。



<全米販売量 No.1 ピーナッツバター！「ジフ」>

厳選された良質のアメリカ産ピーナッツのみを使用した甘さの無い伝統的な逸品。保存料不使用で、ポリフェノールを含む薄皮も摂取することができるのが嬉しいですね。クリーミータイプ、粗びきピーナッツの入ったクランチタイプ、オメガ 3 脂肪酸を含むタイプなど、お好みに合わせて選べます。



<原料は 100%ピーナッツのみ！「スマッカーズ ピーナッツバタークリーミー」>

アメリカで 100 年以上親しまれているジャムブランドのスマッカーズ。こちらはピーナッツ 100%を原料に用いたピーナッツバターで、保存料や着色料も使われていません。ピーナッツ本来の豊かな風味が楽しめて、料理やお菓子作りの素材として使うにもぴったりです。



#### ◆レシピ使用りんごの紹介

<赤肉りんご「なかの真紅（しんく）」>

長野県中野市で長年赤肉リンゴの育種研究をされている吉家一雄氏が自身で育成した赤肉系品種「いろどり（「紅玉」×「ピンクパール」）」に「ふじ」を交配し育成した赤肉系のリンゴ。赤道切りすると断面が花のような模様に赤く着色していて、とても綺麗です。カットしても変色しにくいのでお弁当などにも使え、サラダなどのアクセントにも最適、また、火を加えると、旨味と赤みが増し、“目にも鮮やか食して美味”なスイーツが出来ます。



<黄色りんご「シナノゴールド」>

「ゴールデンデリシャス」と「千秋」をかけ合わせた長野県生まれのりんごです。酸味と甘みのバランスが良くシャキシャキとした食感で、お菓子作りにも向いています。黄色いりんごのなかでも美しい色とジューシーな味が外国の消費者からも認められており、平成28年にイタリアの果実生産団体とライセンス契約を結び海外では「yello®」という名前で生産・販売されています。



#### ◆株式会社新宿高野について

明治18年(1885年)、東京・新宿で創業した老舗フルーツ専門店。創業の地、新宿とともに発展し、常に最高の美味しさと品質を求め続けている。いち早く産地や生産者に注目し、他に先駆けて自社工場を設立、フルーツの魅力を生かしたオリジナル商品の開発、フルーツパーラーの展開など、常にフルーツの美味しさと可能性を追求している。

#### ◆銀座 NAGANO について

東京と信州をつなぐ長野県の首都圏情報発信拠点である長野県の新感覚アンテナショップ。1階では長野県産の新鮮な野菜や果物、そば、酒、「おやき」「牛乳パン」等さまざまな商品を販売している。また、単なるアンテナショップではない信州のしあわせをシェアする場として、2階ではオープンキッチンを活用した料理教室をはじめ、信州の暮らし、自然、歴史、文化などをテーマにしたバラエティに富んだセミナーや参加型イベントや、観光インフォメーションコーナーでは、長野県内各所のさまざまな観光情報や、臨場感と迫力のある多彩な映像で信州の魅力を体感することもできる。また、今年10月には5階フロアに「移住交流・就職相談スペース」をオープン。U・Iターン支援、移住・週末の信州暮らし、就職相談も、ワンストップサービスで対応しています。

<アクセス情報>

住所：〒104-0061 東京都中央区銀座5丁目6-5 NOCOビル 1・2・4F

TEL：03-6274-6015（代表）

営業時間：10:30～19:00（1F・2F）

定休日：年末年始

◆**アメリカンピーナッツ協会(APC)について**

アメリカンピーナッツ協会は、米国のピーナッツ産業の長期的成長を支援するため設立されました。米国産ピーナッツの品質管理や国際的な消費促進、生産・加工に関する研究促進を使命として、国内外でのマーケティング、PR活動、顧客サービス、研究を主な活動としています。

公式サイト：<https://peanutsusa.jp/>

Facebook：<https://www.facebook.com/peanutusajapan/>

Instagram：[@american\\_peanut\\_japan](https://www.instagram.com/american_peanut_japan)