

いちごジャム

【料理の特徴】

よく熟したいちごを使うことで砂糖の量を減らしています。色鮮やかで、いちごの果肉が残るおいしいジャムです。

【材 料】

いちご(1kg)、砂糖(300g)、レモン汁(1/2個分)



【作り方】

- ① いちごは洗って、へたを取り鍋に入れます。
 - ② 砂糖半分をいちごに混ぜます。
 - ③ レモン汁を加え、強火でアクを取りながら煮詰めます。
 - ④ 半分まで煮詰めたら、残りの砂糖を加えます。
 - ⑤ 木べらで「の」字を書き、鍋底が見えるようになったら火を止めます。
 - ⑥ 保存ビンは蓋も一緒に15分くらい煮沸しておきます。
 - ⑦ 熱いうちに鍋からビンを出して、水気を切り熱いジャムを入れます。
- ※ 小さいビンに数多く保存したほうが、雑菌が入りにくく美味しいジャムが食べられます。

すももジャム

【料理の特徴】

すももを使ったジャムは色もきれいで、おいしく出来ます。

【材 料】

すもも(1kg)、水(200cc)、砂糖(200cc)、レモン(1個)



【作り方】

- ① すももを洗い、2つに割って種を除きます。
- ② 鍋に入れて水を加え煮ます。
- ③ 砂糖200g(好みの甘さで良い)を加え煮詰めます。
- ④ 最後にレモン汁を加え、味を整えます。



柚子ジャム

【料理の特徴】

料理の調味料や薬味として、柚子は愛用されてきました。

柚子ジャムはパンにはさんで食べるだけでなく、紅茶やお湯に入れて飲んだり幅広く利用できます。

【材 料】

柚子(2kg)、砂糖(2kg)

【作り方】

- ① 柚子はよく洗ってから横半分に切って、皮と実を分けます。
- ② 皮は細切りにして、水9カップに24時間浸けます。
- ③ 実も水4.5カップに同じく24時間浸けます。
- ④ 水を入れたままの②を15分煮ます。
- ⑤ ③の実はふきんで絞って、水ごと④に加えて煮立てます。
- ⑥ ⑤が柔らかくなったら砂糖を入れて、アクを取りながら中火で約1時間煮ます。



しそジュース

【料理の特徴】

しそジュースは夏の暑い日に冷やして飲むと、さっぱりおいしいです。

透きとおった赤色が見た目にもきれいです。

【材 料】

赤しその葉(400g)、砂糖(800g～1kg)、クエン酸(25～35g)、水(2ℓ)

【作り方】

- ① 鍋に水を入れ沸騰したら、よく洗った赤しその葉を入れ、さらに1～2分沸騰させ火を止め、葉を取り出します。
- ② 煮汁に砂糖を加えて火にかけ、よく溶かします。火を止めてからクエン酸を加え混ぜます。
- ③ 冷めたら布でこし、冷やしておきます。
- ④ 飲むときに薄めて飲みます。