

## 材料

青梅 2kg

さとう 500g〜好みで

レモン汁かりんご酢 適量

## 作り方

- 1 青梅を洗って、汚れをとる。へたの部分は楊枝などで取り除く。(写真1)
- 2 鍋にたっぷりの水を入れ、ゆでる(お湯からゆでても良い)。(写真2)
- 3 沸騰し、梅がわき上がってきたらざるにあける(写真3)。熱いうちの方がやわらかいので、ざるに入れたままでへらを使って潰しながら、漉す(写真4)。種は取り除いて別にまとめておき、後で種のまわりについて果肉もへらでよくしごき、漉した果肉と合わせる。正味1.5kgぐらいがとれる。
- 4 果肉を再び鍋に戻し、好みの量のさとうを入れ、中火にかけて焦がさないように煮詰める。ぐつぐつしてきたら弱火にして5分ほど煮る(写真5)。レモン汁かりんご酢適量を混ぜ入れる。酸味のあるものを入れると長持ちします。
- 5 木べらから落としてポトポトと落ちるくらいなめらかな状態なら、火を止め、煮沸消毒した保存容器(脱気殺菌の仕方は秋冬号22ページ参照)につめる。(写真6)

冷えるとジャムにちょうど良い固さになります。とろとろの状態ですと、ソース状に仕上がります。野菜の付け合わせとしてかけても、片栗粉または寒天、くず粉を入れてとろみをつけても良いです。



熟梅や傷のある梅も使えます。ゆでてからすりおろすのが簡単で綺麗な色に仕上がるコツ。生の梅ですりおろすとアクのため、仕上がりが黒ずんでしまいます。

# 梅ジャム

08-09



5月がやってきたら、青梅の実を閉じこめるお料理を作りましょう。この素晴らしい季節をいつでも思い出せるように。

