

## 家庭科 Let's Try

レモンや柚子のおいしいシーズン!  
年末年始はひたすら収穫と一年分のジャム  
づくりを楽しみます。



←収穫したレモン 145 個  
柚子 70 個↓



## 【レモン/柚子のマーマレード】をつくってみましょう。

【ジャム】は英語、砂糖の分量に制限はありません。

【マーマレード】も英語で柑橘類の砂糖煮のことです。

いつごろからか【コンフィテュール】というおしゃれな感じの瓶詰を見かけるようになりました。こちらはフランス語。果実の砂糖煮で砂糖は 55%以上、果実 45%以下を原則とし、砂糖が 55%以下のものはフランスではマーマレードとなる。(仏英=和 料理用語辞典より)  
ややこしいですね。

### <ポイント>

#### <材料>

レモン/柚子/夏ミカン  
砂糖 皮の 40~50%  
果汁は絞っておく

果実は 3 個ぐらいが作りやすいと思  
います。写真の量は 6 時間×3 日か  
かりました。冷凍庫に保存して、一年  
間楽しめます。砂糖は、グラニュー  
糖以外でもおいしいです。



① よく洗ったレモンの皮を縦 にむく。 	② むいた皮は、水から沸騰 させて 3 回ゆでこぼす。 (苦味抜き) 	③ 実果汁を絞る。(量が少 なければレモ ン絞り器で) 
④ 皮は縦に細切り。 内側の白い方 を上に向けて切 ると切りやすい。 	⑤ 砂糖の量は好みで。酸味 を生かすな ら少なめが おいしい。 	⑥ 沸騰はじめは、あくが浮く ので毎回 か取り除 く。 
⑦ とろりと水分が少なくなっ てきたらできあがり。 水分多めでも OK。 	⑧ 煮沸したビンに詰める。 	・煮詰めの水分が多くても「ドレッシ ング」「酢の物」「ケーキの仕上げ」に活 躍します。 ・皮はゆでこぼさず「細切りにしたもの を水洗いする」という方法もあります。

### <柚子のマーマレード>

上記「レモンのマーマレード」と  
つくり方は同じです。



→夏ミカンをいただきました(^^♪  
マーマレードと半分は砂糖煮に  
グラニュー糖をまぶして乾燥させる  
ピールにしよう(+チョコレートかけ)

