

# あかねのりんごジャム



今が旬のあかねのりんご  
酸っぱ〜い、けれど皮が赤くて一緒に煮ることで、  
きれいなピンク色の美味しいジャムになります。  
ぜひ、作ってみてください。

## ≪材料≫

(熱量/ジャムの出来上がり 100gにつき 308kcal)

りんご(あかね)	6個 (皮をむいて約1kg)
グラニュー糖	550g (皮をむいた分量の55%)
レモン汁	1個分
水	りんご1kgに対して200ml



## ≪作り方≫

- ① りんごはよく洗い、皮をむき1cmくらいの角切りにし、0.5%の塩水に入れる。  
皮の赤い部分(1個分くらい)を選んで、りんごと一緒に塩水に浸す。
- ② ザルで①の水を切って、重さを計る。
- ③ ②の重さの55%のグラニュー糖を計る。
- ④ 鍋に②のりんごの皮、グラニュー糖、水、レモン汁を入れて中火にかける。  
なべ底が焦げないように混ぜ、沸騰してアクが出てきたら丁寧に取り。  
(👉ポイント〜アクをこまめに取る)
- ⑤ アクがほぼ出なくなったら火を止める。  
(👉ポイント〜煮詰めすぎない)

## ≪瓶の消毒と瓶詰め≫

- ⑥ ジャムを入れる瓶(150g入りなら7~8個)を鍋に並べ、かぶるくらいの水を入れ、火にかける。沸騰後、10分煮沸する。
- ⑦ 熱いうちにトングで瓶を鍋から出し、用意したキッチンペーパーにふせて置く。
- ⑧ 瓶の水滴が無くなったら、瓶が熱いうちに熱いジャムを瓶に詰める。
- ⑨ ふたを閉めて、鍋のお湯を底から5cmくらいにして並べる  
(お湯の量は瓶の肩より下)
- ⑩ 沸騰後中火で10分間、二次殺菌する。
- ⑪ 瓶が熱いうちにふたを一度軽く開け、空気を抜いて、しっかりと閉めなおす。

☆ この殺菌方法で一年間保存できます。

☆ 一緒に煮たりんごの皮もデザートにして食べてみてください。

