

今回のテーマ 梅仕事🍷

1年の中でも、梅仕事ができるのは梅が旬を迎え、店頭に並びはじめるこの時期だけだそうです。今回は意外と手軽に作れる梅シロップのレシピをお伝えします😊

梅仕事とは

「梅雨」や「入梅」というように、この時期は梅が実るため、梅干しや梅酒、梅シロップづくりなどの「梅仕事」が欠かせませんでした。昔から梅は「3毒(食べ物の毒・血液の毒・水の毒)」を断つといわれる健康食です。クエン酸、リンゴ酸をはじめカロテン、ビタミンやミネラルが豊富に含まれる青梅は、夏バテ予防に最適です！



作り方

1. ビンは煮沸消毒し、水気を拭き取り、ビンの口を下にして完全に乾燥させます。
2. 青梅は流水でよく洗い、1～2時間水に浸してアク抜きをしてから、水分を丁寧に拭き取りましょう。完熟梅はアク抜きの必要はありません。
3. 竹串で傷つけないようにヘタを取り、(ヘタ取りを綺麗に取れば取るほど美味しくなります！) 冷凍庫で1晩以上寝かせてから凍ったままの梅と氷砂糖を交互にビンに詰めます。
4. 蓋をして冷暗所に保存し、1日に2～3度ビンを振って全体を混ぜてください。
5. 3～4週間経って氷砂糖が溶け切り梅がしわしわになれば、梅を取り出して完成です。梅シロップは保存ビンに移し、冷蔵庫で保存しましょう。

材料(標準量)

青梅	1kg
氷砂糖	1kg
4リットル瓶	1本
竹串	2～3本

梅シロップの活用法

冷水や無糖の炭酸水で割って飲むと爽やかな味わいが楽しめます♪
今の時期だとかき氷のシロップや梅ゼリーに🍷
冬はお湯で割ると、梅の香りと味わい豊かなホットドリンクに🍷
取り出した梅は、梅ジャムの材料に活用できます！



住宅リフォーム・福祉用具以外・販売
株式会社ハピネス

【指定事業所番号：1670202298】

富山県高岡市野村 1355-9

☎ : (0766)54-6114

FAX : (0766)54-6214



Instagram

梅仕事という言葉を知ったのですが、これを機会に梅シロップ作りをしてみたいです😊いろいろなアレンジレシピもありましたのでぜひチェックしてみてください😊