

家庭でできる

やまももジュース・ジャム・ゼリーの作り方

ヤマモモ *Myrica rubra* Sieb. et Zucc. [ヤマモモ科]

本州南部、四国、九州、台湾、中国南部などの山地に自生する常緑高木。幹は直立し、高さ 25mにもなり、枝が多く広がる。葉は倒披針形、倒長楕円形など変化が多い。花は4月。果実は暗紅紫色に熟し、甘酸っぱい。ふつう庭木としては、果実のつかない雄木が植えられるが、家庭樹としては果実が美味しい雌木がよい。果実がよくつく‘瑞光’などの品種がある。病虫害が少なく都市環境に強い。刈り込みに耐えるので、造園樹へ利用する場合は、高さ 5m以下に育てる必要がある。また、防風樹にもなる。[栽培]寒さに弱いのが欠点で、関東地方以北では栽培が難しい。[果期]6～7月



***** ヤマモモの果実採取の注意点 *****

1. ヤマモモの木は折れやすいので、登って取る時には注意してください。
2. ヤマモモは果汁が服につくと色がつき落ちにくいので、白い服はできるだけ避けてください。
3. マムシに注意してください。

【道具】なべ、ジュースの保存用のびんまたはペットボトル、茶こし、ジャムの保存用の空きびん、ゼリーを固める型

やまももジュース

【材料】

- ・熟した赤いヤマモモ 1kg
- ・砂糖(三温糖、ヤマモモの重量の3～5割) 300～500g

・水

【作り方】

- ①いたんでいないヤマモモを選び、へたとほこりをとる。
- ②流水で細かいほこりをとる程度に洗う。
*やまももを強く洗わないこと。
- ③なべにヤマモモがひたひたに浸るくらいの水と分量の砂糖を加えて火にかける。
- ④沸騰してから、10～15分煮る。
- ⑤できたジュースを冷まし、茶こしでこして容器に入れる。
*飲む時に水を加えて2～3倍に薄めてお召し上がりください。サイダーでわってもおいしいです。

やまももジャム

【材料】

- ・ジュースをこして残ったヤマモモ(種を除いておく)
- ・砂糖(三温糖、元のヤマモモの重量の1～2割) 100～200g

【作り方】

- ①種を除いた果実をなべに入れて火にかける。
- ②砂糖を加えて煮詰める。
- ③冷ました後、ビンに入れて保存する。

やまももゼリー

【材料】

- ・ヤマモモの実(前もって冷凍庫に入れ凍らせておく) 必要量
- ・ヤマモモジュース
- ・ゼラチン(5gに対しジュース 250～300cc が目安)

【作り方】

- ①ゼリーの型に凍らせておいたヤマモモを入れる。
- ②ジュースを温めて火を止め、ゼラチンを加えてかき混ぜながら溶かす。
- ③①に②を入れ冷蔵庫で冷やし固める。

***** お好みに合わせて砂糖の量を加減して、甘味を調節してください *****