

75. いちじくの甘煮

村山地方

材料

いちじく 1 kg

砂糖 500g

用具

- 厚手の鍋
- 布巾
- 保存ビン
- ザル

作り方

いちじくは、じくのついている固い部分を切り取り、水洗いする。

洗ったいちじくは、乾いた布巾で水気をよくふきとる。

鍋に、いちじくと砂糖を入れ、火にかけるが、初めは弱火にし、砂糖も溶けて果汁も出始めたら強火にし、ぶつぶつ沸騰した所で再び弱火に戻す。

弱火のまま、約2時間、汁がなくなるまで、気長に煮る。

保存する時は、保存ビンやタッパ一等に入れ、冷暗所又は冷蔵庫に保存する。

ポイント

- いちじくは完熟しない（実割れない）ものを使うこと。
- かき回さないで煮ること。

（朝日町）

後藤 よし子

おぼえがき

いちじく

いちじくは、アラビア地方が原産で、我が国には江戸時代に入ってきたといわれている。

頭頂部が適度に割れて、赤身の強いものがうまい。日持ちが悪く、1～2日程度である。

収穫の際、蜂が甘さを求めてくるので、蜂の活動しない朝、夕に収穫をする。

ジャムにする時は、熱湯につけて皮をとり、水を加えて加減しながら原料の50～60%の砂糖を加え煮つめる。酸味が薄いので原料の0.3%程度のクエン酸を加える。