

・・・「ジャム」をつくってみよう！・・・

食に満ちた現代。最近、スローフードが見直され、体に優しい食べものが話題を集めています。その中で、さまざまな果物や野菜を使ったジャムも流行しています。戦時中は、配給物資も少なく「いかに工夫し、未利用資源を活用するか」を念頭にいろいろな方法がとられていました。昭和19年発行の『決戦食生活工夫集』（産業経済新聞社刊）は、「第一編 決戦食生活の工夫と設計、第二編 決戦食生活工夫集、第三編 食糧戦にも勝ち抜かう」の構成で、栄養や食材、調理の仕方が載っています。その中に「皮芯の調理、(四) 林檎の皮と芯のジャム」がありました。これからりんごがおいしい季節になります。当時の方法でジャムをつくってはいかがですか。

(以下のレシピは『決戦食生活工夫集』(596/Ka43)のP.42を引用したものです。)

－林檎の皮と芯のジャム－ (旧漢字、旧かなづかいは改めました)

* 材料

林檎の皮 四個分、林檎の芯 四個分、林檎の実 四分の一個、
砂糖適宜



* 調理法

- ① 林檎の皮と芯とを細く切ります。
- ② 鍋に林檎の実がひたる位の湯を煮たて、この中に薄切とした林檎を入れて煮ます。
- ③ 林檎に火が通ったらすくいあげて熱い中に裏ごしにかけます。(又はすり鉢ですっても良い)
- ④ 前の煮汁の中に皮と芯とを入れて煮、火が通ったら裏ごしにかけた物をいれます。
- ⑤ 次に砂糖を必要量の三分の二だけ入れて煮つめます。できあがるちょっと前に残りの砂糖を入れて煮つめます。



－図書室から－

* 図書室の資料は、大切にご使用ください。

閲覧室及び書庫のある図書や雑誌は、どの資料も貴重なものです。取り扱いには、十分気をつけマナーをお守りください。

ぶらりらいぶらりい ～図書室にはこんな本があります～ No. 71

2005年9月21日 発行

編集・発行 昭和館 図書室

〒102-0074 東京都千代田区九段南1-6-1