

待ち焦がれる日常
作ってみようイチゴジャム

作り方



イチゴジャム作りの工程

●授業で作るイチゴジャムを少しご紹介

①小ぶりのイチゴ（1パック）をヘタ付のまま（ビタミンC 流失防止）洗い、ヘタを取ったらイチゴの重量半分の砂糖を準備。

②鍋に入れ砂糖をまぶし、しばらくすると白い砂糖がしっとりピンク色に。火を入れるとイチゴから色が抜け、真紅の液体があふれ出る。

③1/2 個分レモン汁（酸）を加えるとアントシアン（色素）が鮮やかな赤色に。強火にして短時間（色素破壊防止）で濃縮加熱。美しい赤色は再びイチゴへ戻る。

④水の入ったグラスに一滴落とす。フワッと散ったら煮詰まっていない証拠（糖度が低く長期保管不可）。一滴が緩やかに赤い筋を描いてグラスの底へ落ちていけば、できあがり。

* 発展：砂糖の量、レモンをリンゴ酢に、酸を入れるタイミングなど、少し変えるだけでも違ったジャムになる。「どこが違うのか」や「食材との組合せ」を考え、文献や先行研究を調べることで関心が深まります。人によっては卒業研究につながります。単に好みを追求するのも楽しく、家族や友人に食べてもらい感想をもらうのもいいですね。