



～栗の渋川煮レシピ～

材料

1. 栗 … 1 k g (皮つきの状態で)
2. 砂糖…約 9 0 0 g (皮を剥いた栗と同量)
3. 重曹…大さじ 1 × 2 回



手順

1. たっぷりの熱湯に栗を入れ、そのまま冷ます。
2. 栗の底から包丁を浅く入れて、渋皮に傷をつけない様に皮を剥く。
3. 皮を剥いた栗を、重曹を溶かした水に一晩漬ける。
4. 3を中火にかける。沸騰したら、弱火にして 1 0 分煮る。(アクをこまめに取る)
5. 火を止め、お湯を捨て、鍋の中に水を流しながらすすぐ。(栗を崩さないよう丁寧に)
6. スジが残っていたら丁寧に取り除く。
7. 鍋に栗、重曹を溶かしたたっぷりの水を入れ、2 時間漬ける。
8. 7を中火にかける。沸騰したら弱火にして、1 0 分煮る。
9. 火を止め、お湯を捨て、鍋の中に水を流しながらすすぐ。
10. 鍋に栗、たっぷりの水を入れ中火にかける。沸騰したら弱火にして、1 0 分煮る。
11. 火を止め、お湯を捨て、鍋の中に水を流しながらすすぐ。
12. 1 0、1 1を、茹で汁が澄んでくるまで3回ほど繰り返す。
13. 鍋に栗、砂糖を入れてとろ火にかける。
(栗を崩さないようゆっくり鍋を回しながら)
14. 砂糖が完全に溶けたら火を止め、そのまま一晩置き、味を含ませる。
15. 翌日、再び2 0分程とろ火で煮たら、栗だけ別の容器に移す。
16. 蜜を弱火にかけ、ひと煮立ちさせる。
17. 火を止め、粗熱を取り、栗が入った容器に蜜を入れたら完成。

冷凍保存も可能。食べるときは自然解凍で。

