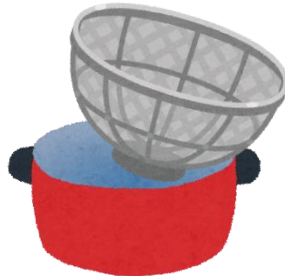


しそ 紫蘇ジュースを作る

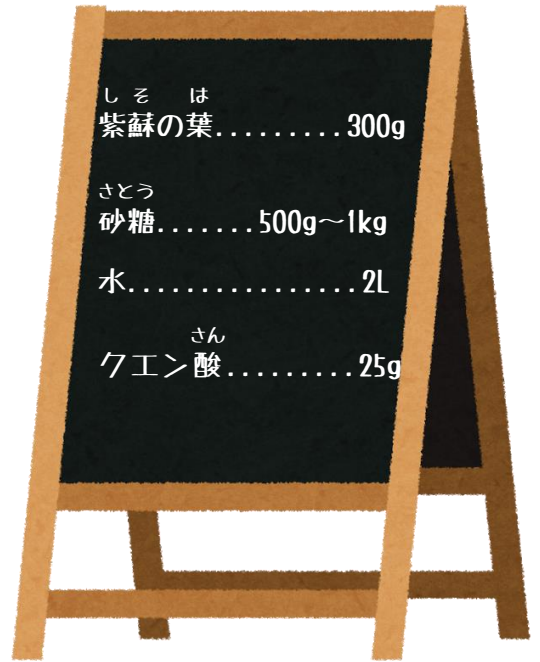
- 1、大きめの鍋で2 Lの水を沸騰させ、紫蘇の葉を入れて5～10分くらい中火で煮ます。



- 2、ざるで紫蘇だけすくい出し、ざるの上からゴムベラなどを押しつけて紫蘇に残った汁をしぼり出します。



- 3、弱火にして砂糖を溶かし入れます。砂糖が全部溶けたら火を止めて冷えるのを待ちます。



- 4、ぬるくなってきたらクエン酸を加えてから完全に冷まし、消毒した瓶に入れて完成です。

