

## みやぎオリジナルリンゴ「サワールージュ」のジャム

～皮ごとすりおろす赤いリンゴジャム～

ウエルネスフード・デザイナー齊藤緑里先生（野菜ソムリエ上級プロ）監修

---

- 【材料】
- ・ サワールージュ 正味 400g（芯を除く）
  - ・ 砂糖（甜菜糖の上白糖） 100～150g
  - ・ クエン酸 2g（またはレモン汁 1/2 個分）

### 【手順】

- ① リンゴはよく洗い、四つ割にして芯を除き、クエン酸 2g（またはレモン汁 1/2 個分）を溶かした水 200cc に浸ける。クエン酸水の中に手早くすりおろす。
- ② 浸け汁ごと鍋（耐酸性のもの）に移して中火にかけ、途中で灰汁をとりながらとろりとするまで煮詰める。
- ③ 砂糖の半量を加えて 7～8 分程度に煮る。
- ④ 残りの砂糖を加えてひと煮し、とろみがついたら火を止め、瓶に詰める。

