

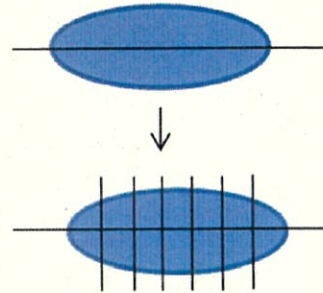
フェイジョアのフリーズジャム

材料

フェイジョア	459g
皮むき後	339g (正味重量)
砂糖	186g (果実正味重量の55%)
水	100ml
レモン汁	30ml (果実の酸味が強い場合には入れない)

作り方

- 1 皮を剥き変色しないように、1~2% 食塩水につけておく。
- 2 フェイジョアを縦半分に切る。
それぞれをさらに縦半分に切り、
0.3~0.5 cm 程度の厚さに切る
- 3 切った果実をなべに入れ、全量の砂糖を加える。その上に水 100 ml を加えて、形をくずさないように弱火にかけ砂糖を溶かす。
- 4 砂糖が溶けた時点でレモン汁を加え、なるべく強火で果実を煮る。果実の煮つめは吹きこぼれない程度に強火とし短時間に行う。
- 5 長く保存する場合には、予め蒸気殺菌 (20~30 分) したびんにジャムを詰め、ふたをゆるくしめて 100 °C で 20~30 分脱気を行う。脱気後ふたをかたくしめて密封する。密封した状態で再び 100 °C で 10~20 分蒸気殺菌をする。



注意点

- 1 フリーズジャムの場合、砂糖は一度に全部加える。
- 2 始めは弱火で、果実から水分が十分に出て砂糖が溶けたら、強火にして木杓子でなべをかきまぜながら焦がさないように注意して短時間のうちに仕上げる。



大井町で採れたフェイジョアのマフィン

大井町の特産果実、フェイジョアのスイーツレシピです。フェイジョアは食物繊維、ビタミンCを多く含んでおります。

食物繊維はバナナの約8倍、ビタミンCはキウイフルーツとほぼ同量です☆(100gあたり)スイーツにすることでフェイジョア独特の芳香さが増してとても美味しいです♪生では苦手、という方も是非



✧クルミは香ばしさを出すためオーフントースターで軽く焼いて(or フライパンで炒って)から軽く刻みます。

✧パウンドケーキ型(20cm)1つでも代用出来ます。160℃で40分。

✧写真のように、輪切りのフェイジョアをトッピングすると可愛く仕上がります♪

～材料(マフィン型9個分)～

フェイジョア	200g	くるみ	20g
薄力粉	150g	レモン汁	少々
ベーキングパウダー	小さじ1	バニラエッセンス	少々
バター	80g	トッピング用	輪切りフェイジョア
砂糖(黒糖などでも)	80g		
卵	2個		

～作り方～

- 1 卵とバターは常温へ。オーブンは170℃予熱。
- 2 フェイジョアは皮を剥いて刻む。レモン汁を振り掛けておく。(変色防止)
- 3 薄力粉とベーキングパウダーをふるっておく。
- 4 バターをハンドミキサーでクリーム状になるまで練る⇒砂糖を2、3回に分けて加え混ぜる。
- 5 ほぐした卵を少しずつ加え混ぜる⇒フェイジョア、くるみ、バニラエッセンスを投入、ヘラで混ぜる。
- 6 薄力粉&BP投入、ヘラでさっくりと手早く混ぜる。
- 7 マフィン型に入れる。トッピング乗せる。
170℃ 20分 オーブンで焼く。



☆完成☆