

真空エアレス・レシピ

NHKおはよう日本
「まちかど情報室」コーナー
で紹介されました!



ジャム

材料

- マーマレード
 - オレンジ ……300g
 - グラニュー糖 ……180g
(オレンジの60~70%)
 - レモン汁 ……大さじ2
- いちごジャム
 - いちご ……250g
 - 砂糖 ……120g
(いちごの45~50%)
 - レモン汁 ……大さじ2
(スライスレモンでも)

コトコト煮こぶジャムも、
エアレスなら簡単手軽に
できちゃう。
ちょっと余った果物を
使えるから便利♪



1 それぞれの材料をタッパに入れ、
レンジで10分加熱。

2 エアレスで真空にした
あと、10分置く。



●マーマレード



●いちごジャム



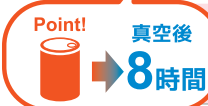
サンブリア(果実酒)

材料 (1瓶分)

- お好みのフルーツ ……適宜
- ワイン(ホワイトリカー) ……750cc
- お好みでスパイス(ミント、シナモン、ジンジャーなど) ……適宜

サンブリアとは…
ワインに果物(レモン、リンゴ、
バナナ、オレンジなど)を加えた
スペイン生まれの飲み物。
ラム酒やスパイスを
加えることもあります。
ソーダやジュースで割っても
おいしいですよ。

1 それぞれの材料をガラス瓶に入れ、
エアレスで真空にした後、8時間以上置く。



フルーツやスパイスを変えて
アレンジを楽しめます。



果実酢

材料 (1瓶分)

- お好みのフルーツ 200g
- 氷砂糖 200g
- 酢 300ml



1 それぞれの材料をガラス瓶に入れ、
エアレスで真空にした後、8時間以上置く。

2 お好みで炭酸水などで
割って飲んでください。



健康に良いと人気の果実酒。
エアレスなら通常の1/3の時間でできます。
カラフルなドリンクは、ホームパーティでも注目の的!

