

浅科中

校長便り

佐久市立浅科中学校
校長 小山 宏己

ジャムを作ってみた



〇はじめに

浅科中学校の中庭に植わっているアンズの木。実が木から落ちるようになってきたので、何かできないかと考え、ジャムを作ることにしました。浅科中学校で収穫されたアンズです。おいしくできるのかも気になるところです。

〇ジャムとは何か

果物に砂糖を加え、加熱濃縮することによって果物の水分を砂糖に置き換え、酸とペクチンの力によってゼリー化したものことです。

※ペクチンとは食物繊維の一種で、レモン、オレンジなどの柑橘類やリンゴ、バナナに多く含まれています。植物細胞をつなぎ合わせる働きをしている天然の多糖類で、量的な違いはありますが、あらゆる果物や野菜に

含まれています。※

ジャムは、現在では定義や規格がいろいろと決められています。一般にジャム類は、ジャム・マーメイド、ゼリーの3種類に分けられています。いずれもその保存性と素材の風味や色、香りを生かした身近な食品として高く評価され、広く世界中で作られています。

〇ジャム類について

ジャム・ジャム類のうち、マーメイド及びゼリー以外のもの。柑橘類の果実を原料としたもので、柑橘類の果皮が認められるもの。

ゼリー…ジャム類のうち、果実等の搾汁を原料としたもの。

※ジャムは保存食であり、ゼリー化させるために糖度を60%以上にする必要がありますが、日本では糖度を40%程度に落としたものが主流です。

〇作り方…とっても簡単です。

あとがき

実は記事の内容の他に、気を付けたことが数点あります。①ビンを熱湯消毒する。ビンを清潔に保つため、水を張った鍋にビンを入れて、沸騰消毒させました。②アンズの加熱時間に注意。加熱時間は約20分です。これは高温で長時間加熱し続けるとペクチンが壊れてしまい、ゼリーになりにくくなるためです。また素材の香りも劣化しました。今回は沸騰し始めてから約15分後に固まりました。③ジャムをビンごと湯煎にかけて消毒する。瓶に詰めた後、改めて加熱殺菌を行い、蓋をしました。このように、一応気を付けてつくっています。食品を作るといのは、大変なことです。

(1) アンズを洗う。

(2) アンズの種を取る。

(3) 鍋にアンズと砂糖を入れて、30分程度おく。

(4) 加熱する。約20分。

(5) 完成。

〇味見してみました

アンズの香りと酸味、適度な甘さでとてもおいしくできました！色合いもきれいなオレンジ色です。自慢のル・クルーゼの鍋を使ったのが功を奏しました。というより、酸が強いので、ほうろくの鍋を使うと色がきれいに出来ると思います。

〇新たな課題について

気になることがたくさん出てきました。①ペクチンによる凝固作用について。加熱時間で差があるようです。②果物繋がり、酢豚にパイナップルを入れると肉が柔らかくなるのは本当か。ゼラチンと寒天ではパイナップルゼリーが作れないものがあるそうです。確認したいです。