

なすのサファイアジャム



材 料

- ・ なす 1 本
- ・ 砂糖 なすの重量の半分
- ・ レモン汁 大さじ 1

作り方

- ① なすはへたをとり、皮のついたまま 2～3mmの厚さのちよう切りにする。
- ② 鍋に①のなすと砂糖、レモン汁を入れ、焦がさないように時々かき混ぜながら、全体がトロツとするまでふたをして 20分以上煮る。

(レシピ提供者からのアドバイス)

すぐに使い切る場合は、砂糖を若干減らしても良いです。

(名前の由来)

できあがりの光沢が宝石のように綺麗だったことから、青系色の宝石であるサファイアの名前を入れました。

レシピ提供 防府市生活改善実行グループ連絡協議会 サンサングループ