

梅のビール煮



材 料

- ・青梅（あまりかたくないもの）・・・1 k g
- ・砂糖・・・・・・・・・・・・・・・・・・1 k g
- ・ビール・・・・・・・・・・・・・・・・・・5 0 0 c c

作り方

- ① 青梅を洗い、ざるに入れ水分を切る。
- ② 鍋に梅を入れ、砂糖、ビールを入れて沸騰させる。
- ③沸騰してぶくぶくとあわ立ってきたら火を止めて、12 時間そのままおいておく。
- ④ビンなどの保存容器につめて、冷蔵庫で保存する。ジュースも梅の実もすぐいただけます。
- ⑤飲むときに、水で薄めて氷を入れて飲む。

（レシピ提供者からのアドバイス）

水の代わりに牛乳で割って飲んでもおいしいです。

冷蔵庫で保存すれば、1 年間もちます。

ーレシピ提供ー 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