

## 栗の渋皮煮

材料) 8個分ほど

栗10個 大体200gほど ※

砂糖 140g

重曹 小さじ1ほど

ブレンダー 大さじ1 (お好みで)



### 作り方)

1. 栗をボウルに入れ、かぶる程度の熱湯を注いで荒熱が取れるまで2-30分ほど置く。
2. 鬼皮をめくる。栗の底のザラザラした部分を包丁で薄く削り、その部分を手掛かりに栗の鬼皮をめくる。
3. 鍋に2を入れ、かぶる程度の水を注ぎ、重曹を小さじ1/3ほど入れて火にかけて、沸騰したら火を弱めて10分ほど煮る。鍋に水を注いで冷まし、栗を取り出し、表面のボロボロした部分は手で優しく擦ってとり、太い筋は竹串などを使って外す。この時点で取れない部分は無理に取らなくて良い。
4. 鍋をきれいに洗い、栗を戻してかぶる程度の水を注いで再び重曹を小さじ1/3ほど入れて火にかけて、沸騰したら弱火で10分ほど煮る。これを3回繰り返す。
5. 栗を鍋に入れ、かぶる程度の水をはって火にかけて、沸騰したら火を弱めて4分ほど煮て重層を抜く。
6. 水を注いで手ですくい、栗が並べられる大きさのお鍋に並べる。ひたひた程度の水を注ぎ、砂糖の半量を入れてペーパータオルで落とし蓋をし、火にかける。沸騰したら火を弱めて5分ほど煮たら、ペーパータオルを取り出して残りの砂糖を加えて崩れないように軽く混ぜ、再びペーパータオルを広げて10分ほど煮る。
7. 火を止め、お好みでブレンダーを注いで1日そのまま置く。

※中が痛んでいることや、煮ているときに崩れることも考慮して、大目に用意してください。