



柿の渋抜き

【分量】  
 渋柿：1kg  
 焼酎（35度）：10cc



- 【方法】
- ①ダンボールにビニールを入れてその中に柿を並べます。
  - ②上から新聞紙をかぶせ、新聞紙の上から焼酎を振りかけます。
  - ③ビニールの口を縛って10日～2週間ほど常温に置いておきます。



柿の旬は10月～11月。柿は中国や日本など東アジアが原産で、ヨーロッパやアメリカには日本から伝わった為、学名にも「Kaki」と記されています。品種も1000種近くあると言われており、「富有はあごで食べ、次郎は歯で食べ、平核無は舌で食べる」と言われ、富有柿は果肉が柔らかく、次郎は硬めで、平核無はねっとりとした食感をしています。

柿の栄養

柿はビタミンAやCが豊富に含まれており、**疲労回復**、**肌荒れ**や**風邪の予防**に役立ちます。また柿に含まれるビタミンCと渋味の成分の**タンニン**が血液中のアルコールを外に出してくれるので、**二日酔い**にも効果的です。**カリウム**も多く、**高血圧の予防**にも効果的です。ただし、糖分も多いので、食べ過ぎには注意しましょう。

柿の渋戻り

渋柿や不完全甘柿の場合、渋抜きされていても、加熱することで渋味が戻ってしまう場合があります。甘柿の場合でもまれに起こることがあります。ジャムを作る場合は、初めに一口分くらいの柿を加熱してみても渋くならないか確認するようにしましょう。

～柿羊羹～

材料（4個分）

- ・柿：400g（熟したものが◎）
- ・粉寒天：2g
- ・水：100cc
- ・砂糖：50g
- ・レモン汁：3～4滴



作り方

- ①柿は皮と種と取り、ミキサーでピューレ状にします。
- ②鍋に水と寒天を入れて煮溶かし、砂糖を加え溶かします。
- ③②に柿ピューレを混ぜ、レモン汁も加えて混ぜます。
- ④水で濡らしたバットや器に入れて冷やしましょう。

【柿の切り方】

柿の表面には4条の溝があります。その溝に沿って切ると、種を避けて切ることができます。



干し柿の作り方

- ①柿の皮を剥きます。
- ②沸騰した鍋に柿を5秒ほど入れて引き上げます。  
※カビが生えにくくなります。
- ③柿の軸をひもで結び、軒下に干して乾燥させましょう。  
柿同士がくっつくとかビの原因になるので、上下にずらして干しましょう。



◻️ 適当な干場がない時は、バットやザルを使っても大丈夫です。

- ④1週間～10日ほどで表面が乾いてくるので、指で押すようにして軽く揉みましょう。
- ⑤再度1週間ほどしたら、同じように揉みます。
- ⑥干しが終わった柿を乾燥したワラの間に2～3日おいてから寒風にあてると白い粉がふいてきます。  
※完成期間は柿の大きさや乾燥の好みに合わせて、2～3週間を目安にお好みでどうぞ。

