

図鑑せ果物博士!

あんずの巻

お問い合わせはコチラまで...

宛先 メール:kaihatsu@tamaseika.co.jp お手紙:東京都国立市谷保6-2-1 東京多摩青果(株) 開発課宛

参考文献 ・講談社「旬の食材 四季の果物」 他

参考サイト・果物ナビ 他

担当:有馬

国立せいか (25)

1. せいかが『あんず』について考える

あんず ハラ科 中国原産

あんずはカラモモ、アプリコットとも呼ばれる、中国が原産の果物です。日本では、平安時代には、種を薬として利用する為に栽培されていました。果実は、酸味が強く日持ちしにくいことなどから、ジャムやドライフルーツなど、主に加工用として利用されています。また、近年は生食に適した品種の栽培も増えています。

多摩青果への入荷時期・主産地

入荷はこの時期のみ!

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----

生のあんずは6月下旬～7月中旬頃に入荷があります。1つの品種は2週間程度の短いサイクルですが、いくつかの品種がリレーすることで、約1ヶ月のあんずのシーズンを作っています。主な産地は長野県で、多摩青果の入荷量の多くを占めています。

2. 『あんず』をもっと知りたい!

知っているようであまり知らない? あんずの実がなるまで。



あんずは春にさくらのような花が咲きます。緑色の実は、熟すと綺麗なオレンジ色に!

中身が気になる。種を観察!



あんずの種はプラムなどと違い、実から簡単に離れる性質があります。固い殻の中身は、「仁」と呼ばれます。「杏」の「仁」なので、「杏仁(あんんにん)」です。香りが良く、薬効があるといわれており、お菓子や薬用に使われています。

あんずには、ジャムなどへの加工用と、そのまま食べられる生食用があります。今回は、加工用2品種と生食用1品種を比較してみます!

加工用品種
平和



加工用品種
徳州大実



生食用品種
ハーコット



糖度(度) 8.8

10.7

12

食味 とにかく酸味強い

香りがするものの、酸味強い

甘みと酸味のバランスが良い

生食用は、糖度が高いことが分かります。加工用とは食味もまったく違い、甘さと香りが特徴的です。ももやプラムに似た味わいを持っています。



3. 『あんず』をもっとおいしく!

あんずは日持ちしない果物。そこで長い期間楽しむ為に3つの保存・加工方法を試してみました!

お手軽 冷凍

半分に切って種を取る。
小分けにしてラップで包む。重さを量っておくと、使うときに便利です!
袋に入れて冷凍庫へ!

ひとま 加熱

半分に切って種を取る。
あんずの50%の重さの砂糖を加え、水分が出るまでおく。
好みの加減までアクを取り除きながら煮詰める。
できあがり!
熱いうちに煮沸消毒したビンに詰めて保存!

チャレンジ 乾燥

半分に切って種を取り、くし型に切る。オーブンシートを敷いた天板に並べる。
110℃のオーブン(予熱なし)で60分、ひっくり返して同様に加熱し、乾燥させる。
好みの乾燥加減で取り出し、冷ましてから保存する。
乾燥が足りないときは天日干しも◎!

4. 実践! せいかがの『あんず』ひんやりデザートレシピ

こちらのレシピの詳細はHPにて公開!

あんずとミントのスムージー

1. あんずは半分に切って種を取り、冷凍しておく。
2. ミキサーに冷凍あんず、冷凍バナナ、冷凍パイナップル、牛乳、ヨーグルト、ミントを入れてよく混ぜる。
3. グラスに注ぎ、ミントの葉を飾って完成。

冷凍あんずで簡単!



あんずヨーグルト蒸しパン

1. 干しあんずは1cm幅に刻み、ヨーグルトに漬けておく。
2. ポウルに卵、サラダ油、あんず入りヨーグルトを加え、良く混ぜる。
3. 2にホットケーキミックスを入れて、混ぜる。
4. お好みのカップに生地を流し入れ、電子レンジで加熱する。

あんずの酸味を楽しむ!



杏仁豆腐

種の中身を利用した本格派!

1. あんずの種から中身(杏仁)を取り出し、水と一緒にミキサーで攪拌し、液を濾す。
2. あたためた牛乳に砂糖を溶かし、1の杏仁液を加えて良く混ぜる。
3. 2に溶かしたゼラチンを加え、さらに良く混ぜ、型に流し入れて冷やし固める。
4. お好みであんずジャムなどを飾って完成。

