★料理中に栗が出来るだけ空気に
触れないように注意しましょう。

【くりの渋皮煮】

1. 栗を一昼夜水につけておく。
2. 渋皮をとらないよう栗をむき、一晩水につける。
3. 鍋に新しい水を張り、栗と重曹（栗1kgに対し小さじ　1～1/2）を入れ、中火で２０分。
4. 灰汁が出たら火を止め、水を取り換える。
5. 水がきれいになるまで4～5回繰り返す（重曹を入れるのは初めだけ）
6. 栗の黒筋を串などを使って取り、栗の重さを量る。その６０%の砂糖を用意する。
7. 栗と、栗がひたひたになるくらいの水を鍋に入れ、中火にかけて砂糖を3回に分けて入れる。
8. ふたをして弱火で１時間ほど煮、ふたを取ってさらに２０分ほど煮る。煮汁の上に栗が1/3ほど出るまで煮つまったら、火を止める。
9. そのまま冷まして味をなじませ、保存容器に煮汁ごと移す。

◀ 長年山や木に携わるお仕事をして来られたお父さん。

▶「毎年毎年来てくれる人がおるけ、嬉しいんよ」と、笑顔が可愛いお母さん。