



# [栗の渋皮煮]

Yamagata Local Foods, 30

(代表地区) 村山最上

## 材料

- 栗 / 1 kg
- 重曹 / 小さじ1
- 砂糖 / 500g
- みりん / 1/2カップ

渋皮にキズをつけないように  
鬼皮をむく熟練のテクニックが必要。



## 作り方

- ① 栗は渋皮に絶対にキズをつけないように鬼皮をむく。
  - ② ①を一晩水につける。
  - ③ ②の水を取り替えて、重曹を加えて火にかける。
  - ④ 沸騰してくると茶色の茹で汁が出るので、中火で10分位煮たら水を取り替えて再び火にかける。色がほとんど出なくなるまで水を取り替えながら煮る。
  - ⑤ 渋皮の渋味がなくなったら、砂糖を2~3回に分けて加えながら弱火で煮詰める。落としぶたをして煮るとよい。
  - ⑥ 最後にみりんを加えて、さらに弱火で汁がなくなるまで煮る。
- かつては重曹を使わないで、わらを燃やした灰を水に入れ、その上澄み液で渋抜きの水煮をした。

茶色の水晶のように艶やかにできあがった渋皮煮は、この苦勞がわかる人にだけ食べたい、そんな想いの一品です。

## 山

の栗がはじけると、腕に覚えのある人たちは栗の渋皮煮を始めます。

虫食いのない新しい栗を選び、小さな包丁で渋皮に絶対にキズをつけないように鬼皮をむきます。渋皮にキズがつくと、長時間煮ている間にはじめて形が崩れてしまうのです。

手間暇をかけた分、  
より美味しく。