



愛玉は台湾特有のイチジク科の植物です。  
実を乾燥させて裏返したもののから種を取り、  
種を水中で揉みこむとペクチンが出てきて水を固めます。  
愛玉は離水しやすいので作った後長くは置けません。  
冷蔵庫で1時間程度冷やした後は食べきりましょう。  
使う水は水道水がよいでしょう。  
また愛玉は油が苦手なので食器はよく洗いましょう。

### 材 料【4人分】

#### ◆レモンシロップ◆

愛玉の種 20g  
水 1000ml

レモン 中2コ  
砂糖 大さじ4  
氷 レモンと同じくらいの量



まず愛玉の種をサラシに包み、口をしっかりと縛りましょう。  
ゼリーの中に種が入るとエグみがあったり口当たりが悪いです。  
用意した水に5分浸してから水中で揉み込みます。  
空気が入ると気泡が入り見た目が美しくならないので注意します。



揉み込むうちに段々と種の周りから凝固成分が出てきて、  
色も薄い黄色に変わってきます。大体15分程すると水が重たくなり  
揉めなくなるのでサラシを取り出しましょう。  
冷蔵庫で1時間ほど冷やし固めます。

#### ◆レモンシロップ◆

レモンをよく洗って水を切り半分にして絞ります。  
絞り汁は果肉を濾すと上品に仕上がりますが好みで入れたままで。  
砂糖を加え鍋で溶かして温めます。沸騰したら氷を入れて冷やします。  
氷は溶けきらなくても問題ありません。



冷蔵庫で冷えた愛玉の上にシロップをかければ完成です。  
台湾は暑いので涼しげな見た目と愛玉ゼリーの独特の固さ、  
レモンの爽やかな風味が心地よいです。  
台湾では青レモンをよく使います。ライムやグレープフルーツなど  
を使ってアレンジしても美味しいと思いますよ。

