

ゴーヤジャム

提供者：市職員



◇材料

ゴーヤ 1kg

砂糖* 400g

レモン汁* 大さじ4

(*は好みで加減)

◇作り方

- ①ゴーヤを縦に半分に切り、わたと種を取り、薄切りにする。
- ②①を鍋に入れ、砂糖を加えて弱火で煮る。
- ③砂糖が溶けたらレモン汁を加え煮詰める。

☆黄色くなったゴーヤのジャムもおすすめ！

☆ホットケーキの生地混ぜて焼くのもおすすめです！
(ホットケーキ1枚にたいして大さじ1杯くらい)