

# もも

漢名：桃  
 英名：peach  
 科名：バラ科  
 原産地：中国北西  
 黄河上流



ももは、暑い夏が始まるころから旬を迎え、甘くジューシーな夏の果物の代表です。病気や害虫による被害が多く、天候の影響も受けやすいため、栽培には相当の技術が必要です。

## もものジュレ

### 材料 (4人分)

もも・・・・・・・・・・1個  
 水・・・・・・・・・・100cc  
 砂糖・・・・・・・・・・大さじ3  
 粉ゼラチン・・・・・・・・1g  
 水・・・・・・・・・・5cc  
 レモン汁・・・・・・・・20cc



エネルギー	49kcal	カルシウム	2mg
たんぱく質	0.5g	食物繊維	0.7g
脂質	0.1g	食塩相当量	0g

### 作り方

- 1 ももは皮をむき、種を取る。
- 2 半分は1cm角のサイコロ状に切り、残りはミキサーにかける。
- 3 鍋に水と砂糖を入れ火にかけ、砂糖を溶かし、②を入れ煮たせ、レモン汁を入れ、火を止める。
- 4 粉ゼラチンは水でふやかしておき、電子レンジに10秒かける。
- 5 ③と④をまぜ合わせ、器にとり分け、冷蔵庫で冷やしミントをそえる。

## もものコンポート

### 材料

もも・・・・・・・・・・2個  
 白ワイン・・・・・・・・100cc  
 グラニュー糖・・・・・・・・大さじ3  
 水・・・・・・・・・・50cc  
 レモン汁・・・・・・・・10cc

### 作り方

- 1 ももは皮をむき、種を取る。
- 2 鍋に白ワインを煮立て、水とグラニュー糖を加えて、煮溶かす。
- 3 ②に①を加え、弱火で10～15分煮立て、レモン汁を加えて火を止め、冷やしながらかきを混ぜる。
- 4 保存容器に入れ、1週間おく。

### コラム

#### 「ふくやまSUN」について

福山には、「ふくやまSUN」という、ふくやまブランド農産物があります。シンボルマークは「ふくやまSUN」で、SUNは「太陽のSUN」と「福山産」と「呼称のさん」を掛けています。

このマークのついた農産物は、ふくやまブランド農産物推進協議会が、適切な栽培基準で生産され、栽培履歴が確認できると認定した、新鮮、品質、おいしさ、安全性を備えた地場農産物です。2009年現在、野菜、果物、きのこの23品目が登録されています。

産地はここ!!マークで、主な生産地を福山の市内地図に表しています。

