

# かさまの栗を楽しむ会



笠間は栗栽培面積全国有数の産地です。産地ならではの美味しい栗の食べ方を学ぶイベント「かさまの栗を楽しむ会」を去る9月6日(火)に市民センターいわまで開催しました。

栗は好きだけど、調理が面倒という方は多いと思いますが、今回「かさまの栗を楽しむ会」で紹介された料理は、どれも手軽にできるものばかり。

当日は、生産農家ならではの栗料理6品(栗のポタージュ、クリッケ(栗のコロッケ)、栗とチキンのガーリック炒め、栗おこわ、栗の茶巾しぼり、揚げ栗を紹介していただきました。



前列がKKT6の6人

「かさまの栗つたえ隊6」  
(K・かさまの K・くり T・つたえたい6人)

## KKT6について

J A茨城中央栗部会会員で、日頃より販売促進活動を積極的に行っている女性グループ。この度、栗の美味しい食べ方を地域に伝えるため、チーム名を一新して活動を開始しました。

## びつ栗情報

### 栗はどれも一緒？

他の野菜がそうであるように、栗にも品種があります。早生品種は9月上旬から収穫がはじまり、中生品種、晩生品種と続き、10月下旬まで収穫できます。また、それぞれに特徴があり、お菓子に向くのは色がきれいな早生品種、味わいが深いのは中生品種と晩生品種となっています。

## 笠間の栗「極み」って何？

指定の4品種(丹沢、大峰、筑波、岸根)のなかでも、大粒の栗(3L)を1か月冷蔵貯蔵し、栗のでんぷん質を糖分に変化させ、甘みを最大限に引き出した栗のことです。

## 栗の保存方法は？

【生栗の保存】  
栗はとてもデリケートな食品です。乾燥にとても弱く、収穫直後は艶がありピカピカに輝いていますが、そのまま置いておくと、数日で表面が乾燥してしまいます。栗を購入したら、ポリエチレン袋に入れ、口をしぼらず、折るだけにして冷蔵庫のチルド室(0℃付近)で保存してください。2週間程度は保存できます。

## 【ゆで栗の保存】

約20分茹でた後(固ゆで)、流水にさらして熱を取り、ビニール袋に入れ、空気を抜いて冷凍庫で保存してください。約半年程度は保存できます。使うときは解凍せず、そのままご利用ください。

## 栗の皮を剥くポイントは？

熱湯に約10分つけて、表面の硬い鬼皮を軟らかくしてから、皮を剥きましょう。また、剥くときは、座(底の部分)から剥くと良いでしょう。

## ～揚げ栗～

### 【材料(4人分)】

生栗………200g  
(大粒約8個)

### 【作り方】

- ①生栗を熱湯に10分つけて鬼皮をむく。
- ②油を160度に熱し、渋皮のままこんがり揚げ。(10分くらい)
- ③お好みで塩をふって食べる。

### ポイント

※渋皮に傷が付くと油跳ねしやすいので注意！  
※シナモンシュガーをつけて食べてもおいしいよ！



## ～栗の茶巾しぼり～

### 【材料(4人分)】

生栗………1kg(大粒約40個)  
砂糖…裏ごしした栗の20%  
生クリーム………50cc

### 【作り方】

- ①栗を洗ってから茹でる。茹で時間は、沸騰してから、40分。
- ②茹でた栗をざるに上げ、縦半分に切り、中身をスプーンで取り出す。
- ③裏ごしをする。
- ④砂糖、生クリームを加え、よく混ぜ合わせる。
- ⑤ラップを使って茶巾しぼりのように成形する。



## ～クリッケ(栗コロッケ)～

### 【材料(4人分)】

生栗………200g(大粒約8個) 牛乳………大さじ2  
玉ねぎ(みじん切り)…40g 鶏ひき肉………40g  
塩・こしょう(適量)、小麦粉・卵・パン粉

### 【作り方】

- ①栗はたっぷりの水で30分～40分茹でる。みじん切りの玉ねぎと鶏ひき肉は油でいため、塩・こしょうしておく。
- ②栗を包丁で縦半分に切り、中身をスプーンでとりだす。
- ③②に①をいれ、牛乳をいれて水分を調整しながら混ぜる。
- ④③を6等分し、形を整え、小麦粉、とき卵、パン粉をつけて油で揚げる。



11:00～13:30 土日・祝日も!

## 千成のランチタイム ～笠間焼の器でたのしむ～

ランチにぎり・ランチちらし・  
ランチばらちらし・ランチ北海ちらし 各1,260円(税込)

シフォンケーキ・ミニサラダ・あら汁付き

ご予約・お問合せは… ☎0296-77-2800 月曜休

寿司割烹 千成 笠間市大田町1088-3  
JR友部駅北口左折900m

\*法事膳・各種ご宴会承り中。「食ベログ」もみてね!→



## おたからや水戸店

全国チェーンの買取専門店です。  
金・フランクナ・切手・金券・骨董・勲章  
刀・ブランド品等をお売り下さい。

水戸市城南2-2-25 フルミエルYKビル3F  
水戸駅南口直進400m 水戸信用金庫本社ビル隣り  
TEL029-303-1770 駐車場ビル裏側  
時間10:00～18:00

おたからや水戸 検索  
茨城県公安委員会 第401110000751号