

各 位

2024年12月16日

株式会社 山と溪谷社

<https://www.yamakei.co.jp/>

## いちばん美味しい季節の食材を、びんに詰めて楽しむレシピ本『季節を味わう 初めてのびん詰め』刊行

インプレスグループで山岳・自然分野のメディア事業を手がける株式会社山と溪谷社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：二宮宏文）は、『季節を味わう 初めてのびん詰め』（著・qillilly）を刊行いたしました。



柿ジャム、柚子茶、金柑のシナモン煮、花梨酒、グレープフルーツのマリネ、たけのこのオイル漬け、青梅シロップ……本書では、季節の旬の食材を活かした、日常で簡単にできる手作りびん詰めレシピ34を紹介。

Instagram で台所仕事を発信している qillilly（キリリ）さんのびん詰めレシピは、手に入れやすい旬の食材を用いた、日常の中で作ることでできるシンプルなものばかり。春夏秋冬のレシピを紹介しているので、どの季節からでも始めることができます。

また、下処理の方法や、調味料の量を変えることで挑戦できるびん詰めレシピ、びん詰めを使った飲み物や食べもののレシピも紹介しているので、初めてびん詰めに挑戦する人でも手軽に挑戦できるようになっています。

びん詰めは食材の保存性を高めたり、美味しくしたりすることができます。この冬は、旬の食材を瓶に詰めて季節を味わい楽しみつつ、生活にもちょっぴり余裕を持ってみませんか。

# 柚子茶

冬の間、柚子茶をホットドリンクとして柚子茶に、シロップや砂糖を加えて飲むのが柚子茶になります。砂糖を加えずに、アイスに凍らせた柚子茶を凍らせておくと、たこやんちで飲む、冷たい柚子茶もおすすめです。



## 材料

柚子の皮と果汁 350g  
蜂蜜 250g  
水 100g  
柚子の皮と果汁の割合は1:1

## 作り方

- 1 柚子を半分に切って皮を剥き、皮を削ぐ。
- 2 スプーンで削ぎ、皮の内側に皮の繊維をこそぎ取る。
- 3 皮を細切りにしたら、香味を落とすために柚子の皮を2〜3回洗う。
- 4 皮の肉のたっぷりとした部分と果汁を絞って皮と果汁の量を揃える。蜂蜜と皮を混ぜる。
- 5 水と皮と皮を交互に瓶に詰めて、果汁と蜂蜜を往々。
- 6 水が足りなくなったら、お水を足して瓶を満杯にする。

保存 | 冷蔵で1週間以内



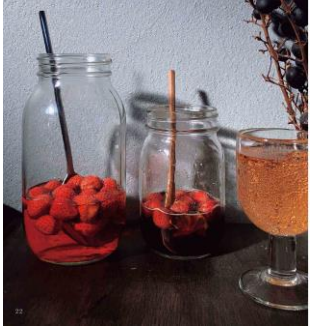
## ポイント

**ゆずばん**  
柚子が多いゆずばんは、果汁を絞って自家製がおすすめ。柚子は皮の厚さと肉の厚さが違うので、お好みの厚さを削ぎ、お好みの果汁の量で調整してください。自家製は皮の厚さを調整して飲むことができます。お好みの厚さを削ぎ、お好みの果汁の量で調整してください。自家製は皮の厚さを調整して飲むことができます。

Figure 1-1 柚子茶の作りかた

# いちご酢

夏の間、いちご酢をホットドリンクとして飲むのがいちご酢になります。砂糖を加えずに、アイスに凍らせたいちご酢を凍らせておくと、たこやんちで飲む、冷たいいちご酢もおすすめです。



## 材料

いちご 1kg  
酢 100g  
糖 100g  
糖 100g  
糖 100g

## 作り方

- 1 いちごを洗って、しぼり水分を絞る。
- 2 水と糖を1:1の割合で混ぜる。
- 3 砂糖を加えて、水と糖の割合を調整する。お好みの糖の量で調整してください。お好みの糖の量で調整してください。
- 4 砂糖を加えて、水と糖の割合を調整する。お好みの糖の量で調整してください。お好みの糖の量で調整してください。

保存 | 冷蔵で1週間以内



Figure 1-2 いちご酢の作りかた

# 葉生姜の甘酢漬け

葉生姜は、葉生姜の甘酢漬けがおすすめです。砂糖を加えずに、アイスに凍らせた葉生姜の甘酢漬けを凍らせておくと、たこやんちで飲む、冷たい葉生姜の甘酢漬けもおすすめです。



## 材料

葉生姜 1kg  
酢 100g  
糖 100g  
糖 100g

## 作り方

- 1 葉生姜は葉の部分を切り取って洗う。
- 2 水と糖を1:1の割合で混ぜる。
- 3 砂糖を加えて、水と糖の割合を調整する。お好みの糖の量で調整してください。お好みの糖の量で調整してください。
- 4 砂糖を加えて、水と糖の割合を調整する。お好みの糖の量で調整してください。お好みの糖の量で調整してください。

保存 | 冷蔵で1週間以内



Figure 1-3 葉生姜の甘酢漬けの作りかた

# マッシュルームときのこのミックスのオイル漬け

きのこの詰め合わせとミックスのきのこのオイル漬けがおすすめです。砂糖を加えずに、アイスに凍らせたきのこのオイル漬けを凍らせておくと、たこやんちで飲む、冷たいきのこのオイル漬けもおすすめです。



## 材料

マッシュルーム 1kg  
きのこ 1kg  
タイム 2〜3枝  
にんにく 1片  
ローズマリー 1枝  
糖 100g  
酢 100g  
オリーブオイル 100g

## 作り方

- 1 マッシュルームときのこを洗って、オリーブオイルとローズマリーを加えて洗う。お好みの糖の量で調整してください。お好みの糖の量で調整してください。
- 2 マッシュルームときのこを洗って、オリーブオイルとローズマリーを加えて洗う。お好みの糖の量で調整してください。お好みの糖の量で調整してください。
- 3 糖を加えて、水と糖の割合を調整する。お好みの糖の量で調整してください。お好みの糖の量で調整してください。
- 4 ハーブと一緒に瓶に詰めて、お好みの糖の量で調整してください。お好みの糖の量で調整してください。

保存 | 冷蔵で1週間以内



Figure 1-4 きのこのオイル漬けの作りかた

# いちご酢

夏の間、いちご酢をホットドリンクとして飲むのがいちご酢になります。砂糖を加えずに、アイスに凍らせたいちご酢を凍らせておくと、たこやんちで飲む、冷たいいちご酢もおすすめです。



## 材料

いちご 1kg  
酢 100g  
糖 100g  
糖 100g

## 作り方

- 1 いちごを洗って、しぼり水分を絞る。
- 2 水と糖を1:1の割合で混ぜる。
- 3 砂糖を加えて、水と糖の割合を調整する。お好みの糖の量で調整してください。お好みの糖の量で調整してください。
- 4 砂糖を加えて、水と糖の割合を調整する。お好みの糖の量で調整してください。お好みの糖の量で調整してください。

保存 | 冷蔵で1週間以内



Figure 1-5 いちご酢の作りかた



る。季節の食材を使った台所仕事の記録や家事の様子を撮影し、ひとりごとを添えてInstagramに発信中。台所を拠点に、日常の小さな幸せと笑顔を大切にしながら、心豊かな暮らしを目指している。

Instagram @qillilly

### 【商品詳細】

書名：季節を味わう 初めてのびん詰め

著者：qillilly

定価：1870 円（本体 1700 円＋税 10%）

発売日：2024 年 12 月 16 日

仕様：4C・A5 判

ページ数：112 ページ

<https://www.yamakei.co.jp/products/2824450840.html>

【山と溪谷社】 <https://www.yamakei.co.jp/>

1930 年創業。月刊誌『山と溪谷』を中心とした山岳・自然科学・アウトドア・ライフスタイル・健康関連の出版事業のほか、ネットメディア・サービスを展開しています。

さらに、登山やアウトドアをテーマに、企業や自治体と共に地域の活性化をめざすソリューション事業にも取り組んでいます。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：松本大輔、証券コード：東証スタンダード市場 9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上

---

【本件に関するお問合せ先】

株式会社山と溪谷社 担当：手塚

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-105 神保町三井ビルディング

TEL03-6744-1900 E-mail: [info@yamakei.co.jp](mailto:info@yamakei.co.jp)

<https://www.yamakei.co.jp/>