

# 生葉の利用法

## アロエ&梅サワー

「サワー」と言ってもノンアルコール、お子様からお年寄りまで飲みやすい“お酢の飲み物”です。

「お酢」のテレビコマーシャルでやっていた「梅サワー」にアロエも入れてほんのりアロエの香り。「アロエ」と「梅」と「お酢」の3倍ヘルシーパワーで夏バテ知らず！



### 材料

キダチアロエの生葉	200～300g くらい
梅	2kg
酢	1.5 リットル
氷砂糖（または白砂糖、はちみつ）	1kg～1.5kg くらい

※氷砂糖だとあっさり、白砂糖だとまるやかに、はちみつだとコクが出るように感じます。  
甘味は、お好みでお試してください。



### 作り方



1.アロエは水洗いし水気を拭き取り、5cm巾に切ります。  
梅は洗ってヘタを取り、よく乾かします。



2.容器にアロエと梅、砂糖を入れてお酢を流し込み、冷暗所に保存します。

3.約1ヶ月頃から飲み頃です。水で薄め(お好みで3倍くらい)氷を浮かべてお召し上がりください。