


梅干しづくりに挑戦！！

【材料】

梅	2kg	赤紫蘇	700g
粗塩	340g (梅用)	粗塩	80g
		白梅酢	100cc

【作り方】

- ① 梅は軸をとる。(渋味を防ぐため) ⇒ 虫食い・腐敗のものを除去する。
 - ② 水に浸漬する。完熟具合によって時間を加減する。(10~12時間)
 - ③ 竹ざるなどで水切りする。大量の場合は、直後に扇風機にあてる。少量の場合は、清潔なタオルで水気を拭く。
 - ④ まな板の上に梅を一つかみのせ、梅用塩全量の1/3をその度ごとに少しずつまぶし板すりする。
 - ⑤ 別のボールで赤紫蘇の全量1/2を葉が破れないように丁寧にむむ。
その際、赤汁(あく)は捨てる。残りの塩を同様にして、そのままの状態では白梅酢を100cc加え、発色させる。
 - ⑥ 漬ける容器に④⑤を交互に漬けこむ。
 - ⑦ ⑥の上部いっぱい梅用塩全量2/3を敷き詰め、重石をのせる。
 - ⑧ 漬け汁が上部に上がってきたら重石を半分量にする。
(あらかじめ、同じ重石を2つ用意しておく)
- 
- ⑨ 土用がきたら、紫蘇と梅に分けて干す。
(干し加減は好みだが、梅の重量の2/3が目安。昼間は3時間おきに梅の上下を返し、最後に梅全体をもむと塩がかたよらない)
 - ⑩ 土用干ししない場合(ドブ漬け方式)
重石は梅干しの量に対して加減し(同量以下)、常に漬け汁が落しぶたの上にあがっているように！！

土用干しした場合

塩分が少ないものは冷凍保存し、漬けた容器もドブ漬けと同様で、いずれも黒っぽい布などで覆い、冷暗所で保存するとよい。

もし、カビが生えた場合は…

その部分を捨てたり、ドブ漬けの場合は漬液を沸騰させたりし、梅そのものをぬるま湯で洗い干した後、液とともに容器にもどす。

しそジュース

【材料】

赤紫蘇	500g	砂糖	500g~650g
水	2L	クエン酸 (レモン汁)	20g 適量

【作り方】

- ① 水2Lを沸騰させる。
- ② 沸騰したら赤紫蘇を加える。
- ③ 赤紫蘇の色が抜けたら、赤紫蘇を取り出す。
- ④ ③に砂糖とクエン酸(レモン汁)を加える。