

梅干しの漬け方 塩分約1割の減塩梅干

○材料

生梅 2kg / 焼酎 1カップ (200cc) / 粗塩 200g (気候等でカビが心配な方は240gで)

赤紫蘇を使って、赤くする場合は、こちらも必要になります。

赤紫蘇 2束 (色よく漬ける場合は4束) / 粗塩 50g (100g)

○つくりかた

- 1.梅にまだ青みが残っている場合、黄色くなるまで室温で保管してください。(冷蔵庫は厳禁!)
- 2.さっと水で洗い、へたを取り、水の中に5～6時間つけてあく抜きをする。
ウメの種類・熟度によって、漬込み時間を調節・・・南高梅は長くても30分～1時間
- 3.この後、ザルに梅をとって乾かします。(自然乾燥が良いです)
- 4.漬け物容器の底に、一握りの塩をまんべんなくふる。
(容器・重石を焼酎で殺菌してありますか?)
- 5.梅を2段ぐらい入れて塩をふる。この作業を繰り返す。
(上に行くにしたがって、塩の量を増やします)
- 6.入れ終わったら、最後の塩をふる前に焼酎を回しかける。
そして、落としぶたをして、4kgの重石をする。
- 7.2～3日すると漬け汁(白梅酢)が落としぶたの上まで上がってくるので、おもしろ半分(2kg)に減らす。※完熟南高梅であれば、通常は1～2日であがります。
- 8.漬けはじめや紫蘇を入れたときの梅酢の味と香りをチェックしておいてください。
カビが生える前後は、梅酢の味が「酸がボケた感じ」に変わります。
このまま赤紫蘇が出回るまで涼しいところで保管する。

☆重要! 時々カビのチェックを忘れずに。

比重の関係で樽の下側の塩分濃度が高くなり、

上側の空気に触れる部分の塩分濃度が薄くなるので、下側の梅酢を循環させてあげましょう。

『荻窪 鈴木青果店の梅干しちよっと良い話』

<http://www.pickled-ume.com>

梅干しの漬け方 塩分約1割の減塩梅干

○赤紫蘇下ごしらえ(白干しの場合は、この項目は飛ばしてください)

ご注意-梅酢があがってから下ごしらえしてください
※梅と赤紫蘇を違う時期に仕込む場合のご注意です。

1.赤紫蘇の葉を茎からむしって、よく水で洗う。(ド口はしっかり落ちましたか?)

2.赤紫蘇に軽く水気が残った状態で、ボールに葉を入れて塩をふり、しんなりするまで、そのまま置いておく。(5~10分程度でOKです)
※ 軽く水気が残っている状態で塩をふると、無駄な力がありません。

3.葉がしんなりしたら、強く押しながら両手でもむ。黒いアク汁がでたら、水気を絞って汁を捨てる。この作業を2~3回繰り返す。(よく絞ってください)

☆ この作業を2~3回繰り返す(手順)
一回目絞り、灰汁汁を捨てます。
軽くほぐして、軽く塩をふり、また揉みます。
また、灰汁汁を捨てて、良く絞ってください。

※ 毎年水で洗ってしまう方がいらっしゃいますが、作業は水気厳禁!です。カビの原因(TOT)

4.ボールに赤紫蘇と漬け汁(白梅酢)を入れて、葉をほぐす。
※梅酢をボールなどに注ぐ際、金属製の「おたま」などは使わないように

5.梅が入っている容器に、上記で出来た葉と汁を、上部を覆うように入れる。
色良くするには、もう一つ器を用意して、梅、紫蘇の順で積み重ねる。

6.落としぶたと重石を戻して、土用干しまで保管。(時々カビのチェックをしてください)

『荻窪 鈴木青果店の梅干しちよっと良い話』
<http://www.pickled-ume.com>

Establishes from November 26, 1998. (C)Suzuki Design Factory<www.sshin1.com>

梅干しの漬け方 塩分約1割の減塩梅干

○土用干し(梅漬けの場合はこの作業は必要ありません)

- 1.ザルに梅と紫蘇を並べて、漬け汁をきる。
- 2.風通しの良いところで、3日3晩干す。(柔らかめがお好みなら1~2日でOKです)

以上で出来上がり。

しっとりした梅干しにする場合、漬け汁の中に梅を戻して、涼しいところで保存する。
(漬け汁に戻す場合は容器ごと日に当てて、漬け汁をあたためておいてください)

○おまけ

昔ながらの「しょっぱい！」梅干しがお好みの方は、お塩の分量を倍の2割で漬けてみてくださいませ。「しょっぱくて酸っぱい」懐かしい味で出来上がりますよ♪

赤紫蘇の下ごしらえの部分で「梅酢があがってから作業してください」とありますが、梅と赤紫蘇を違う時期に仕込む場合のご注意です。

※塩もみした赤紫蘇は保存ができません。(茶褐色に変色して味が悪くなります)
梅と紫蘇が同時期に入手できたら、手順通り塩もみした赤紫蘇を、「下漬け」の際、梅・紫蘇・塩 梅・紫蘇・塩 の順番で一緒に漬けてください。

『荻窪 鈴木青果店の梅干しちよっと良い話』
<http://www.pickled-ume.com>

Establishes from November 26, 1998. (C)Suzuki Design Factory<www.sshin1.com>