

べったら漬け

○ 伝承料理のいわれ

昔から、味噌づくりで作った麴の一部を、味噌だけでなく甘酒や漬け物等に活用してきました。

< 材 料 >

大根	4 k g
塩	1 カップ強
(漬床)	
麴	4 カップ
焼酎	2 カップ
米	4 カップ
赤唐辛子	2 本

< 作り方 >

- 1 大根は皮をむいて2～3日干す。
- 2 これを一週間、塩漬けにする。
- 3 この間に床づくりをする。
米を普通に炊き、麴と焼酎を混ぜ合わせて3～4日発酵させる。
- 4 床が十分に醗酵したら、唐辛子を加え水気をよくふきとった塩漬け大根と床とを交互に並べ重ねる。
- 5 最初の重石は、大根と同量、一週間たったら、70%以下にする。

※ 本漬けに塩を使う場合は、大さじ2～3杯を使用する。

