



チョキチョキさん作♪

JA西条

第1回ときめきレシピコンテスト

応募作品

なすの麴漬け

【作り方】

- ①なすの皮を適当に除け、ヘタをとったものを一口より大き目に切る。
- ②切りながらアク抜きとして30分間水につける。
- ③塩、みょうばんを事前に混合したものを、なすにまぶす。

※なすを桶に移しながら、下は少な目、上は多目にまぶすこと。

- ④重石を乗せて、一晩置く。
- ⑤鍋に醤油、みりん、砂糖を入れ、温めながら混ぜる。泡がひとつふたつ出たら火を止める。※沸騰はさせない。
- ⑥からしをダメにならないよう事前に溶かして、⑤に加える。
- ⑦ ⑥が冷めたら、ほぐした麴を入れて一晩置く。
- ⑧翌朝、なすを軽く絞ったものの中へ⑦を移し、混ぜる。半日置けば完成。

【材料】(2人分)

- 絹かわなす・・・2kg
- 塩・・・60g
- 焼きみょうばん・・・20g
- 濃口醤油・・・2合
- みりん・・・1合
- 白砂糖・・・400g
- 鬼からし30g
- 米麴・・・280g