

◎ 福神漬の作り方

1、材料 (約1Kg~2Kg位になると思います)

- ・大根 ー ー 1本
- ・人参 ー ー 1本
- ・キウリ ー ー 3本
- ・茄子 ー ー 3本
- ・干し椎茸 ー 5~6枚
- ・れんこん ー ー 中位のもの1本
- ・昆布 ー ー ー 30Cm 1本
- ・ショウガ ー ー 中位のもの1個
- ・しその実
- ・さんしょの実

* 11月には (はやと瓜) がありますので使うのもよい、

* しその実、や さんしょの実、は防腐剤にもなりますので夏のうちにとり
冷凍にして置くのもよい。(さんしょの実は青いうちに取ること)

2、材料の下ごしらえ、

上記の野菜を1口の大きさに切りさつと塩で漬ける (急ぐ時は重しをする)
水が上がって来ると軽くしぼり、そのしぼったもの1Kgに対しての調味料
は

醤油	2カップ、	砂糖	300g~350g
酒	1/2カップ	酢	1/4カップ
塩	大さじ2~3杯		

* (4、5、人で作って分けるとよい)

* 大事なことは野菜をグツグツ煮ないことです。

3、作り方

- ① 材料全部をうすく1口大に切る。(大根、人参、きうり、茄子、蓮根)
- ② しょうが ー千切り、 昆布 ーはほそく2~3cm位に切る、
干し椎茸はあらかじめ水につけもどしてから千切りにする、
- ③ 材料全部の目方を計る。計った分量により調味料が決まる
- ④ 鍋に砂糖、醤油、を入れて煮立てる、
煮立ったところに野菜を入れて、鍋のまわりがブツブツ煮立ったら

火を止めてザルに移し汁と分ける

⑤ 汁だけ鍋にいれて煮立てる、又その中に野菜をいれる、
その繰り返しを3回する、

⑥ 4回目の時に酒、酢、しその実、さんしょの実、を入れる。

野菜と一緒にして鍋のまわりが煮立ってきたら火を止め、ザルに移し
野菜と汁に分ける。

最後は汁だけにして20分位煮つめる、さめたものを入れ物にいれる。
出来上がりです。

下ろす

4 葉ハ あり切り
塩して、もむ (ビニール袋)

和からし (マイルド)

からし 大さじ一杯

塩、 大さじ一杯

しょうゆ 適量 大さじ一杯