



noyusha
のいぬの
1338

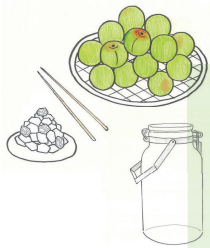
丁寧な暮らしをたのしむ かんたん梅しごと

昔ながらのかんたん
うめぼし



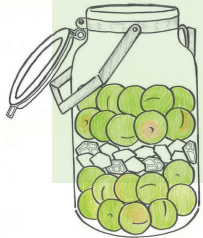
梅の栄養たっぷり

梅ジュース



〈材料〉
梅（梅ジュース用） 1kg
米砂糖 1kg
〈準備するもの〉
保存用密封びん 2.5〜3リットル
※洗浄・消毒しておく
竹串
ふきん

2



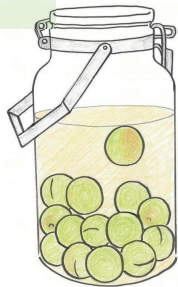
②保存用密封びんに、梅と米砂糖を交互に入れ、密封して冷暗所で保存します。一日一回びんを揺らし中身を混ぜ、米砂糖を溶かします。

1



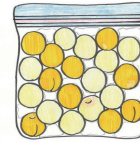
①保存用密封びんは洗浄・消毒しておく。梅は流水で洗いザルにあげて水気をきる。なり口（へた）を竹串で梅を傷つけないように丁寧に取り除き、清潔なふきんで充分に水気をふき取る。なり口部分の水気もふく。

3



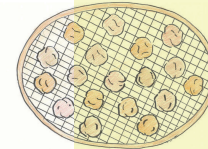
③約1ヶ月でできあがりです。発酵しやすいので、梅を取り出して冷蔵庫で保存してください。また、長期保存する場合はシロップをひと煮立ちさせた後、冷まして冷蔵庫で保存してください。

2



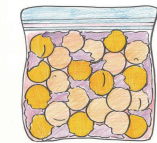
②フリーザーバックに梅と塩を交互に入れ、空気を抜きながらジッパーを閉める。全体に塩がまわるように軽くなじませ、フリーザーバックが平らに置ける容器（バット、深めのお盆、発泡スチロール箱など）に平らに寝かせ、重石をして冷暗所に保管する。

4



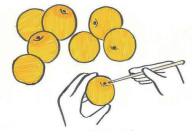
④梅雨が明けて晴天が続く（7月下旬〜8月上旬）ようになったら、土用干しをする。ざるなどに梅を並べ、日が当たり、風通しの良い場所で3日3晩干します。雨に当てないよう、十分注意してください。フリーザーバックに残った梅酢は空気をできるだけ抜いて冷蔵庫で保管します。

5



⑤新しいフリーザーバックに干した梅をもみしそでカンドするように入れます。④でとっておいた白梅酢を注ぎ、空気を抜きながらジッパーを閉めます。冷暗所で2ヶ月ほど熟成し、美しい紅色に色づいたらできあがりです。

1



①梅は流水で洗いザルにあげて水気をきる。なり口（へた）を竹串で梅を傷つけないように丁寧に取り除き、清潔なふきんで充分に水気をふき取る。なり口部分の水気もふく。

〈材料〉

梅（梅干用）・・・1kg
塩・・・梅の2.0%
もみしそ・・・300g

〈準備するもの〉
竹串

フリーザーバック

重石・・・梅と同じ重さ（水や雑誌などでモOK）

ふきん

干しかご・盆さる