



梅干し 続き

夏の土用は立秋の約18日前なので7月20日～8月6日くらいです。

白梅酢が上がったその梅を、土用の日に干すだけでももちろん立派な梅干しなのですが、赤紫蘇はその白梅に赤い色素と紫蘇の風味を加えてくれ、また赤紫蘇には殺菌効果もあるので、ぜひ赤紫蘇は入れるようにしてください。

作り方

1. 赤紫蘇は、梅の重量に対して大体10%から20%ほど入れます（今回は200g）。
まず、赤紫蘇の太い茎や枝を摘み取る。
2. ザルやボウルなどに1を入れて汚れを洗い流し、ザルにあげて水気をきっちり切る。できれば1時間ほど置いて水気を切り、さらに清潔なお布巾やペーパータオルで拭くとカビが生えにくい。
3. 2をボウルに入れ、赤紫蘇の重量200gに対して17～18%の塩を加える（今回は35gほど）。しっかり両手で揉むと次第にしんなりし始める。
さらに揉み続けていると、水気が出る。これで赤紫蘇のアクです。
このアクをきっちり取り除くことで、えぐみのない、美しい赤紫蘇酢が出来上がります。力を入れてしっかり揉み、きっちり水気が出たら捨てる。
4. 3に、漬け込んで上がってきた白梅酢をお玉1杯ほど（約200cc）加えてほぐすように混ぜる。すると酸のおかげで赤紫蘇がとても色鮮やかになる。
5. 4を漬け込んだ梅の上に広げ入れる。赤くなった酢も戻し入れる。
6. 口を閉めて、袋の上から馴染ませるように優しく動かして馴染ませる。
ジップ付の袋の口は上にして、立てて置いておいても良い。梅が酢に浸かっていないようであれば、再度重石などをして梅が常に酢に使っている状態を保つ。
7. 梅雨が明けるまでこのまま置いておく。その頃には赤紫蘇の色が梅に染まっているはず。

あとは三日三晩、晴天の日を狙って干すのを待ちます。

またその頃になりましたら動画をお送りしますので、しばらく楽しみにお待ちくださいね。