

玄米を入れたまま冷凍で長期保存もできる

なすの当座漬け (浅漬け)

つけ
もの

材料 (10人分)

なす…………… 1 kg	砂糖…………… 100g
酒…………… 100cc	玄米…………… 2.5合
みょうばん… 小さじ1	
塩…………… 40g	

作り方

- 1 なすを水洗いして、ボールに入れ、みょうばんでもむ。
- 2 塩、砂糖をビニール袋に入れて合わせ、なすを入れてさ
らによく混ぜる。
- 3 2.のビニール袋を、1時間おきぐらいに2~3回もん
でから酒を入れる。
- 4 玄米を洗い、ざるにあげておく。
- 5 なすを漬物用の桶に入れて、玄米をかけて、重石をする。
12時間位で柔らかいなす漬けが食べられる。

