

鮭の塩麴焼き・新しょうが甘酢漬

<材料>

生鮭(生マス)	4切れ
塩こうじ	大さじ1
新生姜	200g
塩	小さじ1/2強
酢	1/2 カップ
砂糖	1/2 カップ

(作り方)

- 1) 鮭は皿に並べ、塩麴をまぶし(またはビニール袋に入れまぶす)15分以上置く。
- 2) 鮭の塩麴を軽くふきとり(気にならないならそのまま)魚焼器で焼くか、フライパンで両面焼く。
- 3) 新生姜は皮の汚いところは、包丁でこそいでとり、薄切りにする。ザルに入れ、熱湯をまわしかける。塩を振りさます。甘酢を作り、新生姜をつける。しばらくおいて、ピンク色になるのを待つ。
- 4) 鮭をさらに盛り、新生姜を前盛りにする。

塩こうじあっさり漬

<材料>

キュウリ	1本
キャベツ	3枚
ニンジン	1/3本
(野菜あわせて400g)	
塩こうじ	大さじ2~3
酢	大さじ1

<作り方>

- 1)キャベツは一口大に切る。キュウリは3ミリ厚さに切る。ニンジンは細い千切りにする。
- 2)ビニール袋に、野菜を入れ、塩こうじ、酢を加え3時間位おく。
(冷蔵庫で1週間位保存できます)

炊飯器で作る塩麴

炊飯器に、麴200g、塩60gを手で混ぜ合わせる。60度の湯600ccを入れ混ぜる。布巾を被せて、蓋をしないで時々混ぜ、15時間以上保温する。途中水分が少なくなったら、お湯をヒタヒタになるまで足す。冷蔵庫で、3ヶ月くらいもつ。

