

Nobu kitchenの

ざらめを使った家庭で出来る簡単お漬物

～いろいろな野菜で保存食、作って便利！～

調味料の入れ方はさしすせそ…糖分の粒子は粗いので、最初に入れるのがコツ！
砂糖には余分な水分を吸い出す効果があり、本来の甘味、旨みが際立ちます。

キノコのマリネ



800cc保存瓶 1瓶分

材料

- お好みのキノコ……………300g
(シメジ、白シメジ、椎茸、舞茸、エリンギ)

ピクルス液

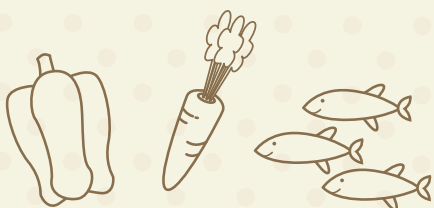
- ざらめ糖……………大さじ1
- 塩……………少々
- 酢……………100cc
- 水……………50cc

- コショウ……………少々
- ローリエ……………1枚
- ローズマリー……………適宜

作り方

1. キノコは手で食べやすい大きさに裂き、オーブンで10分程焼く。オーブンで焼くと水分が出て旨みが凝縮されます。
2. 出てきた水分を取る。
3. 鍋に「ピクルス液」を入れて加熱し、ハーブとコショウを加える。
4. 消毒した瓶にキノコを入れ、粗熱が取れたピクルス液を注ぐ。

人参・ピーマン・いりこ3種漬け



150cc容量ジャム瓶 1瓶分

材料

- ① ピーマン(3個)……………100g
- ② 人参(2本)……………140g
- ③ いりこ……………25g

ピクルス液

- ざらめ糖……………大さじ1
- 塩……………少々
- 酢……………50cc
- 水……………30cc

調味液

- ざらめ糖……………20g
- 米酢……………60cc
- 昆布……………2切
- 水……………50cc

作り方

1. 野菜は食べやすい大きさに切りそろえ、レンジでピーマンは1分、人参3分加熱する。
2. 鍋に「ピクルス液」を入れて火にかけざらめ糖が溶けたら粗熱をとる。
3. 消毒した瓶に野菜を入れ、2の液を注ぐ。人参にはすだち、ピーマンにはローリエを入れる。
4. 「調味液」を加熱し、いりこに注ぐ。