

50. 山菜(わらび、みず)塩漬

最上地方

わらびの塩漬 その2

わらび	10 kg	差し水	1.5 ℓ
塩	1回目		3.3 kg
	2回目		0.7 kg

容器の底に塩をふり、一握りずつ束ねたわらびを一行に並べる。

塩をふり、またわらびを並べる。

容器の壁にそって差し水を注ぎ中蓋をして重石(10kg位)をのせる。

1週間位したら、漬け汁を捨て2回漬けする。

みずの塩漬

みず	10 kg	食塩	3 kg
----	-------	----	------

容器の底に食塩をふり、一行にみずを並べて食塩をふる。

これを交互に繰り返して中蓋と重石をのせる(10kg)

塩漬わらびの戻し方

鍋に水を入れ、その中に塩漬わらびを入れる。

わらびの入った鍋を火にかけ、温度を上げる。まわりが泡立ってきたら火を止める。

水を取り換えて塩分がなくなるまでさらす。

(戸沢村 むつみ会)

田中 朝子

51. ごごみの塩漬

村山地方

ごごみ	1 kg
塩	1 カップ

用具

- 桶
- 落とし蓋
- 重石

漬け方のポイント

ごごみは取って来たらすぐ漬ける事、落とし蓋できちっと押さえ空気に触れない事が色よく仕上げるコツである。

- 重石は材料と同じ位の重さの物。
- 塩には粗塩とたて塩があるが、漬物には粗塩がもっとも良い。

(尾花沢市 山百合会)

西塚 恵