

## IV. 白干梅(梅干し・小梅干し)の加工方法

### 1. 白干梅(梅干し・小梅干し)で作る 基本的な「しそ漬け梅干し」

- ①容器に白干梅(梅干し又は小梅干し)と、もみじそを交互に入れます。
- ②全体が十分浸かるまで梅酢を入れて冷暗所で保存し、約1か月漬け込みます。 ※梅酢がなくてもできます。
- ③干したものがお好みの場合は、1日、天日干しをします。

#### 材料

白干梅又は小梅干し……………1kg  
もみじそ……………500g  
梅酢……………適量、3ℓ容器……………1個

### 2. 甘い梅干しの作り方

- ①砂糖、粉末だし、しょう油、みりんを水に溶かし調味液を作ります。  
※粉末だしと水の代わりに、煮出し汁を使えば更に良いでしょう。
- ②調味液をひと煮立ちさせ、冷まして酢を加えます。
- ③白干梅を調味液に漬け込み、冷暗所で7～10日保存します。砂糖が沈殿するので、1日に1回容器を動かし、調味液が均一になりますようにします。  
※塩分約10%になります。
- ④できあがったら冷蔵庫で保存し、1週間を目途にできるだけ早くお召し上がりください。

#### 材料

白干梅……………400g  
保存容器……………1個

#### 調味液材料

砂糖……………80g  
しょう油……………12cc  
みりん……………20cc  
酢……………80cc  
粉末だし…少々、水……………約280cc  
(又は鰹節等の煮出し汁……………約280cc)

### 3. 簡単はちみつ梅干しの作り方

- ①砂糖、みりん、はちみつ、酢、水をよく混ぜ合わせ調味液を作ります。  
※煮立たせる必要はありません。
- ②白干梅を調味液に漬け込み、冷暗所で約1週間保存します。砂糖が沈殿するので、1日に1回容器を動かし、調味液が均一になりますようにします。  
※塩分約10%になります。
- ③できあがったら冷蔵庫で保存し、1週間を目途にできるだけ早くお召し上がりください。

#### 材料

白干梅……………400g  
保存容器……………1個

#### 調味液材料

砂糖……………80g  
みりん……………80cc  
はちみつ……………80cc  
酢……………80cc  
水……………140cc

### 4. 減塩梅干しの作り方(塩抜き)

- ①白干梅400gを水1.2リットルの中に入れ、塩2g(小さじ1/3)を加え、よくかき混ぜます。塩が沈殿しやすいので、時々かき混ぜてください。また、お湯(40℃超えない程度)を使うと塩抜きしやすいです。
- ②塩抜きをした梅は必ず冷蔵庫で保存し、1週間を目途にできるだけ早くお召し上がりください。

#### ■時間の目安

- A. 約8時間浸けておくと、塩分は約14%になります。
- B. 約12時間浸けた後、塩水を捨て再度①の作業を行い12時間置くと塩分は約5～10%。