

置賜伝統野菜

薄皮丸茄子

<おすすめレシピ>

薄皮丸茄子のパリッとおいしい一夜漬け(漬け瓶1本分)

◎材料

薄皮丸茄子 500g
(大きさによって増減)

(↓お好みで)

大葉 1~2枚
辛青南蛮 1~2本

・漬け液

400cc分：水 450cc
塩 50g
砂糖 75g
ミョウバン 大さじ1/2

※漬け液は、つぎ足すなどして
ご利用ください。

①茄子の下準備

ヘタをきれいに切り、洗います。
洗い終わったら瓶にぎゅうぎゅうに詰めます。
ここでお好みで刻んだ大葉や南蛮をいれます。

②漬け上がり

漬け液を口元まで注いだら一晩程度室温に
放置します。冷蔵庫に入れて冷やしながら
8~12時間ほど漬けます。
漬け上がりから2~3日ほどご賞味いただけます。
(漬け時間が長くなるほど味がより染み込みます)

※開栓時、茄子から出た炭酸ガスにより、
液こぼれを起こしますのでご注意ください。

・漬け液づくり

漬け液の材料を鍋に全部入れ混ぜ合わせ、
火にかけ、煮立ったら火を止め冷まします。
煮溶かすことによって、まろやかな味の

<おすすめレシピ>

薄皮丸茄子の三五八漬け(500g分)

◎材料

薄皮丸茄子 500g
(大きさによって増減)

三五八 適量
(塩：糀：米 = 3 : 5 : 8)

お好みで、
ミョウバン小さじ1/2

①茄子の下準備

ヘタをきれいに切り、洗います。
洗い終わったらボールに茄子と塩こうじ三五八を入れて
軽くかき混ぜて全体にまぶします。
塩こうじ三五八はお好みで調整してください。
ミョウバンも適量混ぜると茄子の色が綺麗になります。
入れすぎると苦くなりますのでご注意ください。

②漬け上がり

瓶かジップロックやタッパーなどに入れて、空気に
触れないように密閉して保管してください。密閉具
体によっては、変色する恐れがあります。タッパーの場
合は、浮き上がってくる場合もありますので、ラップ
でカバーし、その上から重しを置いてください。
半日ぐらい常温に置いておくと茄子から水分が出てく
るので、ジップロックの場合は、再度密封し、タッ
パーの場合は、蓋を開けて、ラップを再度押し込み空
気に触れないようにして冷蔵庫で保存してください。
天候や気温にもよりますが、1日から2日を過ぎたあたり
から、お召し上がりいただけます。



もう一度あの感動を

道の駅よねざわ オンラインショップ

<http://shop.michinoeki-yonezawa.jp/>

