

基本の塩糎を簡単にちょっとアレンジ

## しいたけ醤油糎



### 必要な道具

500ml が入るくらいの広口の瓶、または容器  
スプーン  
キッチンペーパー  
輪ゴム1個  
ブレンダー(当日は必要なし)

### 必要な材料 ※表記は全てg表示で統一してあります

乾燥糎 … 100g  
醤油 … 200g  
干しいたけ … 6g  
※レシピ提供/吉本輝美理事

塩分濃度…16%弱

## 手順

### <下準備>

- ・ キット使用の場合は、米五の乾燥糎を手でパラパラほぐし、100g をボウルに入れる
- ・ 糎100gに15g のぬるま湯を加え、ボウルの中で手でもんで水分と馴染ませておく→糎を戻します  
※「糎を戻す」作業を数時間前に行う場合は、ラップをかけて雑菌が入らないようにしてください。  
最短でも戻してから30分くらいの時間を置けると良いと思います。
- ・ 瓶は煮沸消毒、もしくはアルコールで中身を拭いておいてください
- ・ 塩を計量しておく

### <作り方>

1. 事前に戻しておいた糎に、干しいたけを細かく割って混ぜ込みます。
2. 上記で混ぜたものに、所定の醤油を加えて、さらによく混ぜます
3. 全体が黒くなるように、下に混ぜ込むようにして、まんべんなく混ぜましょう
5. キッチンペーパーで蓋をして(ここで瓶のふたは、まだしません)輪ゴムで口を留めます  
※これから数日間、発酵するため、通気性をよくするためにペーパーで蓋をします  
本日は、ひとまずこれで完成です。
6. 翌日から、毎日下からすくいこむように、毎日攪拌しましょう。
7. 糎が水分を吸って、固くなって水気が少なくなってきたら、ブレンダーで粒を潰します(2日目以降で OK)
8. 滑らかになるまで潰したら、またペーパーで蓋をして、毎日攪拌して下さい
9. 以降、毎日攪拌をするときに、味見をしてみましょう。塩の尖った辛みが、だんだんまろやかな塩味に変化して行くのが感じられたら完成です。当初の瓶の蓋をして、冷蔵庫に保管しましょう。