

# 白菜の浅漬け



CAINZ  
ネットで見る

## 【材料】10型容器を使用

白菜	2株(4kg)
塩(材料の3%)	120g
コンブ	30cm
赤とうがらし	5本
ゆず	1個

## 【野菜の重さの目安】

ダイコン	1本	約600g~1kg
ナス	1本	約100g~150g
キュウリ	1本	約80g~100g
カブ	1本	約100g~150g
ハクサイ	1株	約2kg~2.5kg

## 【下ごしらえ】

白菜は葉元に包丁を入れながら6~8つに割き、洗って水気をきる  
切り口を上にして2~3時間天日に干し  
さらに裏返して2~3時間干す



## 【塩の目安】

	即席漬け	一夜漬け	早漬け	保存漬け①	保存漬け②	保存漬け③
材料の重さに対して	1.5 ~ 2%	2%	3%	6%	9 ~ 10%	12 ~ 14%
材料 1kg に対して	15 ~ 20g	20g	30g	60g	90 ~ 100g	120 ~ 140g
保存期間	—	—	2~3日	1ヶ月	3ヶ月	6ヶ月

【作り方】 下ごしらえ | 1日 漬け込み | 4~5日 食べ頃 | 1週間後から

<b>1</b> 容器の底に塩をひとふりし 白菜の切り口を上にして並べる	<b>2</b> きっちりと並べたら 塩をひとつかみと、小さく切った コンブ、ゆず、赤とうがらしを 少しづつ散らす
<b>3</b> 次の段は葉先が反対に なるように詰め、2と同じ 材料を入れる	<b>4</b> 全部の白菜を詰め 最後に塩を多めにふる
<b>5</b> 押し蓋をして上から 押さえる	<b>6</b> 白菜の重さと同量の重石を かける
<b>7</b> 3~4日して水が上がってきたら 重石を半分に減らす	<b>ポイント</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●白菜は巻の固いしっかりしたものを選ぶ</li> <li>●漬ける前に干すと、白菜の甘みが引き出される</li> <li>●漬け込み過ぎてすっぽくなった場合 水で洗って刻み炒め物などに してもおいしい</li> </ul>

