



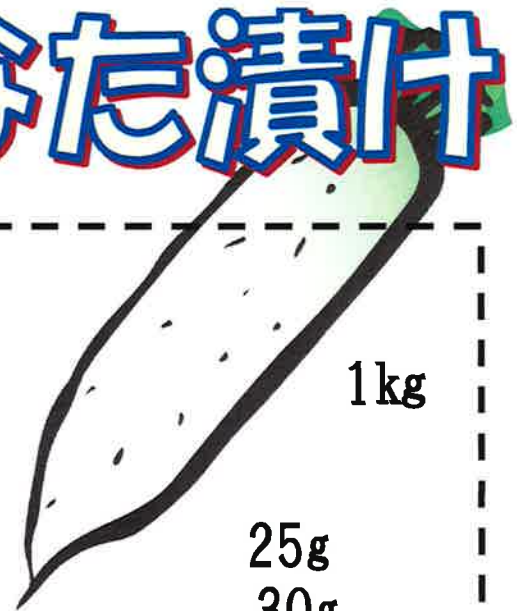
# 塩もろみ



# 大根なた漬け

## 材料

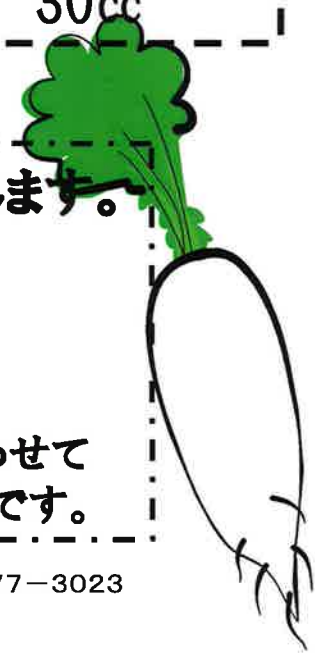
大根	1kg
○漬け液	
白神塩もろみ	25g
塩	30g
砂糖	60g
甘酒(市販品で可)	150cc
酢	30cc



## 作り方

**下処理** 大根はタワシで水洗いして、皮を剥き、出刃包丁で乱切りにします。

- ①酢と大根を樽に入れ、良く絡めます。
- ②ボウルに塩もろみ・塩を入れ、良くかき混ぜます。
- ③ ②で作った漬け込み液を樽に入れ、大根と良く絡めます。
- ④重石をして、一昼夜漬け込みます。
- ⑤漬け込んだら、樽から漬け込み液を捨てます。ボウルに甘酒・砂糖を入れて良く混ぜ合わせて樽に入れます。大根と良く絡めて重石をして5日から一週間くらいの漬け込みで出来上がりです。





# 塩もろみ ぼっけ味噌



秋田県の花「ぼっけ」を使ったお味噌です。  
独特の香いと苦みがあり、秋田ならではの料理です。

## 材料

ぼっけ	140g
白神塩もろみ	75g
味噌	175g
砂糖	133g
オリーブオイル	20cc

## 作り方

下処理 ぼっけは水で洗い、タオルなどで水気を切ってみじん切りにしておきます。

- ①フライパンを熱して、オリーブオイルを入れます。
- ②フライパンに味噌・砂糖・白神塩もろみを入れ焦がさないように溶かしながら炒めます。
- ③ぼっけを加え、約5分ほど炒めたら完成です。冷ましたらすぐ召し上がれます。
- ④保管をする場合は、容器に入れ冷蔵庫で保管してください。