

白菜キムチの作り方(はくさい一玉2kg)

■白菜の塩漬け

- 1.白菜の根本に包丁を入れ、手で裂く。
(四分の一に分割する。)



- 2.白菜の葉一枚ずつ、内側の茎の部分に一つまみ程度の塩を手で塗る。
(用意した100gの塩を使い切る配分で塗り込む)



- 3.重し(3.5kg程度)を乗せて24時間漬ける。(冬季は48時間。)



【早く漬ける裏ワザ】

予め白菜を切っておき、茎の部分(白菜全体の約三分の二程度)のみに塩をまぶして樽に入れる。その上に葉の部分に乗せて、重しを載せて漬ける。

※葉の部分はやがて、染みだした塩水により自然に浸かる。

漬け時間は通常の半分の12時間。(冬季は24時間。)

■ヤンニョム作り

1.150ccの水を沸騰させる。(にぼし等でダシを取ると良いらしいのですが私は味の素で済ませます。)

2.イカの塩辛30gを入れて再び沸騰させる。(アミの塩辛だと更に良い。)



3.火を止め熱いうちに次のものを入れてかき混ぜる。

こんぶ茶	小さじ1
はちみつ	30g
砂糖	10g
唐辛子粉(粗挽き)	50g

※唐辛子粉(粗挽き)40g+唐辛子粉(粉)10gだと、より色づきが良い。でも、少し辛くなる。

4.ある程度冷めたところで、次のものを入れてかき混ぜる。

スリにんにく	40g
スリしょうが	20g
いわしエキス	小さじ2
塩こんぶ	10g
りんご(桃缶でも可)	50g
にんじん	30g
だいこん	30g
にら	20g



※「唐辛子粉」や「いわしエキス」は、インターネットや韓国食材店で手に入ります。ちなみに近所では岐阜市六条北3-20-16に「永田商店」があります。

■本漬け

1.塩漬けた白菜を2～3回水洗いして塩を抜く。
(適度な塩味が残る程度までで良い。)

2.ざるにあげて重しを乗せ、1時間程度水を切る。

3.ヤンニョムを一枚ずつ手で塗り込む。



4.タッパーなどに入れ、冷蔵庫で3日間程度おいた頃が食べごろ。

以上