

## 48. 青菜漬（中期漬）

村山地方

### 材料

青菜 10 kg

塩(4%) 400g

醤油 200 cc

又はみそ 200 g

好みによっては黒砂糖  
100g やだし昆布などを使う。

### 作り方（準備）

- 収穫した青菜は2～3日乾かし、柔らかく洗いやすくなってから水洗いする。

食べる時は水洗いしないで食べた方がおいしいので初めにきれいに洗っておき、水切りする。

漬け込む前に2～3株ずつ、ワラで束ねる。寒い時期に冷たい漬汁の中から取りだしやすくするため。

青菜の根部の方を外側にして、平らに隙間なく一並べして塩をふり、醤油をそそぎ、交互に詰め込む。

ふり塩は、上部ほど多く使うようにする。

漬け終わったら押し蓋をして、重石10kgをのせ、上蓋をする。

漬汁が上がったら半分、食べ始めたらその半分と、重石を軽くしいていく。

醤油の代わりにみそを使う場合は、容器の底にみそを入れ、熱湯を1ℓ程注ぎ、かくはんしてみそ汁を作り漬け込む。

又、好みによって容器の底にだし昆布を敷いたり、黒砂糖を細かく刻んで、塩をふるようにふりこんだりしても味がよい。

### ポイント

- 中期漬は11月に漬け込んで、12月から翌年の3月いっぱい食べるのに適している。
- この他塩分を10%以上にして漬けた長期漬は、二度漬けして調味液に漬けかえ、味をととのえて食べる。
- 日の当たらない涼しい場所に保存する。

### 応用

3月に入る頃になると、味が変わりやすくなる。この青菜を切り、よく水煮して、好みにより豚肉や打ち豆を加え、味付けしたくきな煮も、格別な味わいがある。

（山形市 川原グループ）

伊藤 洋子