

6.3 . 玄米漬

置賜地方

材料

なす	4 kg
玄米（等外米）	18 カップ
こうじ	18 カップ
塩、砂糖	500g
みょうばん	少々
なんばん	少々

用具

- 漬物用桶
- 重石
- 押し蓋

漬け方

玄米を2割増の水で普通に炊きあげる。

が人肌程度になったら、塩、砂糖、こうじを混ぜ合わせる。

なすのヘタをとり、2時間位水に漬け、アクを抜いて、ざるにあげる。

桶の底に を少々ふりかけ、なすを6cm位の厚さに並べ入れ、 とみょうばんをふりかける。

それを交互に繰り返し、途中でなんばんを適宜に入れ、一番上は で終わること。

押し蓋をし、8kgの重石をする。水が上がったら重石を軽くする。約2ヶ月位したら食べられる。

ポイント

- なすは収穫したものを、5日間位陰干しすること。
- 玄米は、うるちでも良いが、もち米の等外米の方が、甘味が出て美味しい。

〔三五八〕とは、

三五八という数字は、塩三とうるち米（又はもち米）五、こうじ八という原料の割合をそのまま用いたものである。

雪深い寒中に一年間使用できる分量を一度に作り、かめ等に保存して置いたものである。

種々の山野菜が出始める春先から、少しずつかけて漬け、塩のかわりに用いたものである。

こうじの甘味と旨味がとけ込んだものにしみ込み、山野菜を美味しく食べる方法として、広く用いられてきた。

（飯豊町 のばら会）

横沢 加代子