

塩糀の作り方

- 1) 糀をもみほぐしてばらばらにしておく。
- 2) 糀と塩をあわせてよく揉む（しっとりするまで）。
- 3) 水を注ぎ、両手ですり合わせる。
- 4) とろみがついたら、容器に移して1週間から10日置く。
塩糀になるまでの熟成期間（1週間～10日）は、
1日1回上下に良くかき混ぜて下さい。

糀	300g
塩	100g
水	400g

味見をして、塩と糀が馴染んでほんのり甘みが出たら出来上がり。
冷蔵庫に入れて保存します。（賞味期限は6ヶ月）

＊塩糀をお使いいただく中で塩辛いと感じる方は、2、3日程度常温に置いておきますと発酵が進み、塩の角が取れて甘みが増します。お好みの発酵具合まで進みましたら再度冷凍又は冷蔵庫にて保存してお使い下さい。

塩糀はどんな料理に使えるの？

糀・麹は、三大消化酵素を持っていて、デンプンをブドウ糖に、タンパク質をアミノ酸に、脂肪を脂肪酸とグリセリンに分解します。
糀屋本店の塩糀は、野菜はもちろん肉や魚に漬けるだけで、素材そのものの旨みを引き出し、お料理を一段と美味しく仕上げます。

糀屋本店の女将が発見した塩糀の方程式は・・・

「 素材×10%の塩糀＝最大限に活きる素材の味 」

（材料の10%の重さの塩糀を材料に漬けるのが基本）

例えば、200gのお肉なら塩糀は20g。
まぶして焼いたり、炒めるときに加えればいいだけ。失敗いらず。
野菜、肉、魚、素材の旨味を引き出し、美味しさもグンとアップします。

糀をつくり続けて三百余年 変わらずに進化する伝統

糀屋利本店

〒876-0832 大分県佐伯市船頭町 14-29

TEL 0972-22-0761 FAX 0972-22-1329

URL <http://www.saikikoujiya.com>