

琉球大学学術リポジトリ

朝鮮漬の漬け方

メタデータ	言語: 出版者: 琉球大学農家政学部 公開日: 2011-07-04 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 金城, 須美子 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/20.500.12000/20946

朝鮮漬の漬け方

旧正が近すぎ寒い日が続いておりますが、野菜は豊富に出廻る季節になりました。とりわけ白菜や大根のおいしい食べ頃です。農家では自家生産の白菜や大根が毎日のように食卓にのぼる頃だろうと思います。

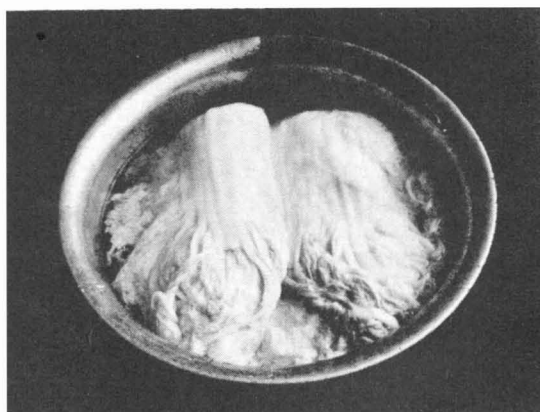
そこで今日は、白菜のおいしい食べ方の一つ朝鮮漬を御紹介しましょう。

朝鮮漬とは「キムチ」と呼ばれ朝鮮が本場で朝鮮独特の白菜の漬け物ですが最近では大分普及して愛好者も多いようです。しかしほとんどの方は朝鮮づけと云えばたゞとうがらしで赤く染まり、とびあがる程からいものと思っけてらっしゃる方が多いようですが本場の朝鮮漬はそんなにからいものでもなく白菜のあまみをそのまま、生かいろいろ材料のうまみと香辛料をしみ込ませたものです。白菜の出盛りになりますとどこの家庭でも一ヶ年分の漬物を漬けてかめにつめ、そのかめを土の中にうめて保存します（氷ってかめが壊れないためです）。2ヶ月くらいたったら食べられるようになりますがそのかめの数が多い程金持だと云われるくらい大切な常備食品であり朝鮮の人たちにはかかせない漬物です。白菜の中につめる具の材料も大変種類が多く大根、にんにく、とうがらしの外にくるみ、なし、松の実、いかの塩から、牡蠣など又牛肉で出し汁をとりそれをかけることもあります。いろいろな材料から出た旨味が白菜の中にしみ込みその味はなんとも云えない美味しいものです。汁もそばの汁に入れたりみそ汁の中に入れたりして利用致します。沖縄では気候が暖か過ぎて長期間漬けるような朝鮮漬はできませんので、漬けて2～3日で食べられるような簡単な朝鮮漬の漬け方をいたします。寒い日の油っこい豚肉料理の後などの口直しに、又お年寄のお茶うけに、酒の肴に大変よろこばれる漬物です。

材 料

白菜 1株 (5kg)
塩 100g (2～3%)

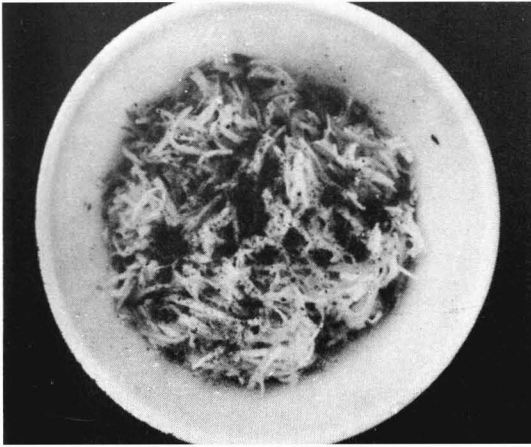
大根 1本 (900g)
人参 1本 (200g)
にんにく 10カケ
ねぎ 2本 (ほんの少量)
しょうが 少量
塩 40g 約3%
とうがらし
(なければ七味とうがらしでもよい)
味の素 少々
出し汁 (かつを節) 5カップ



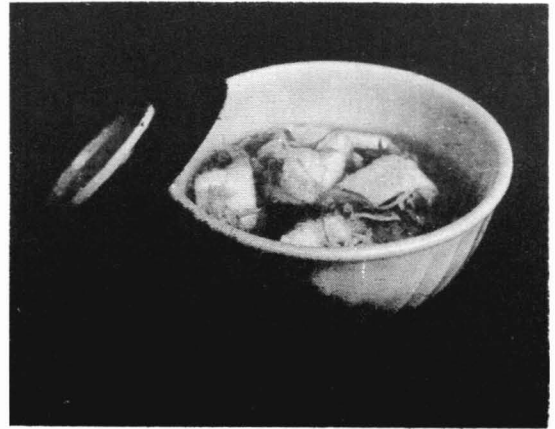
① 白菜を2つ割にして、塩ごろしをしたところ。上におもしをして全体が塩水に浸るようにする。

漬け方

- (1) 白菜はよく巻いた茎の白いものを選びます。上側の葉は2～3枚はがし取って下さい。たてに2つ割にし中性洗剤でよく洗います。この時葉をしんからはがさないように気をつけます。約2%程度の食塩水を作りその中に白菜を漬け全体がよく塩水の中に浸るように重しをかけ一晩おきます（しかしなるべく早く漬けたいと思う場合は塩水につけずに葉の間々に直接塩をふりかけ塩ごろしをして葉をしんなりさせてもよろしい）翌日白菜は水で塩分を洗い落とし、水を切っておきます。
- (2) 次に白菜の中につめる具ですが、大根、人参を細



② 具の大根、人参、にんにく、ねぎ、
とうがらしその他を混ぜ合せたところ。



④ 切り漬、井か、ボールに漬け上に落し
蓋をするとよい（蓋は皿でもよい）

切にし、塩もみをして、にんにく、しょうが、ねぎはみじん切りにし、塩、とうがらし、味の素を加え混ぜ合せます。

③ かつを節で出し汁を5カップほど作り、お吸物の塩味程度に味をつけてさましておきます。先に塩ごろしをしてしんなりした白菜の葉の間々に②の具をつめます全部つめましたら葉をよくまとめボールかその外の器に切り口を下にして入れ上から出し汁をかけておき



③ 盛付（出来上り）切り口を見せ、深めの器に盛付ける。

白菜が汁の中に充分漬るように、重しをしておきます。こうして2～3日おきますと丁度よい食べ頃になりますが気温が高いと2日程で酸味が出て参りすすから気をつけて2日程たちましたら冷蔵庫の中へ入れておくとよろしいでしょう。冷蔵庫の中でしたら1週間～10日は大丈夫おいしく頂けます。食するときはその都度食べる丈ずつ切って盛り付けて下さい。洗ってはいけません。漬物の汁も大変味がよろしいですから汁物に入れたり、みそ汁の中に少量づゝ加えて召し上って見て下さい。中の具がばらばらにならぬよう3～4cm巾に切ります。真白な白菜の茎と間の具の赤が大変美しく、食欲をそそります。以上が本漬けですが白菜があまり巻いてなかったり、又上側の葉があった場合は「切り漬」にしても結構です。白菜は塩ごろしをした後4～5cmの長さになり同じように具を作りこれと混ぜ合せしておくだけでこれなら1晩おく丈で頂けます。栄養の上からもビタミンAとCがかなり豊富にとれます。又、にんにくととうがらしで体がほかほかと温まります。白菜だけでなく、きゅうりやキヤベツでも漬けられます。（金城須美子）