

傷あり完熟梅使用

レシピ：今井真実「今井真実のときめく梅しごと」(左右社)より

完熟梅のスパイス砂糖漬け



材料

- ・完熟梅(種つきの状態) 200g
- ・グラニュー糖 140g程度
(種をとった梅の重量の80%)
★クセの少ない砂糖、はちみつも可
- ・シナモンスティック 1本
- ・カルダモン 5粒
- ・クローブ 2粒
- ・お好みのホールスパイス
(オールスパイス、バニラビーンズなど)
適量

唯一無二の梅仕事です。完熟梅の濃厚な味わいは、どこかスパイスコーラに通ずるものがあるとスパイスを合わせてみたら、声をあげてしまうほど美味。ソーダで割ったりジャムのように使って。種から外した梅の果肉とスパイス、お砂糖と混ぜるだけ。気軽な上に、傷のある梅でも作れます。スパイスなしでもジャムのように使えます。

作り方



1. 手でむいてしまってもOK。傷がある場合は大きく切り取る。梅のヘタ、傷をとり、包丁で4つに切り目を入れて種から果肉を外す。
2. 梅の果肉の重さをはかり、グラニュー糖の量を決める。梅の重さに対して70%以上の量の砂糖を入れるとカビにくくなる(おすすめは80%)。
3. 保存容器で梅の果肉とグラニュー糖を混ぜ、すべてのスパイスを入れる。冷蔵庫で一晩寝かせ、次の日に再度混ぜる。3日後くらいから食べごろ。ソーダで割るとコーラのように。

〈保存場所〉冷蔵庫

〈保存期間〉3週間(2日ごとに混ぜる) / 冷凍1年

傷あり完熟梅使用

レシピ：今井真実「今井真実のときめく梅しごと」(左右社)より

梅こうじ



材料

- ・完熟梅 200g
- ・塩こうじ 300g
- ・塩 小さじ1

昔から作っている梅こうじ。今回初めてちゃんとレシピ化してみました。これそのもので味付けをするというより、食材の味をワンランクUPさせるような梅麴。ご飯と炊いたら、甘みを引き出し、ほんのりおこげができます。お出汁がわりにスープに使っても美味しい。

作り方



1. 包丁で梅の果肉を大きめに切り、種を外す。
2. コンテナに梅の果肉と種、塩こうじ、塩を入れてよく混ぜる。冷蔵庫に入れ、3日ほどして全体が黄色くなったら食べごろ。使用する塩こうじによって塩味が変わるので、好みで適量の塩をあとから足しても良い。

〈保存方法〉冷蔵庫

〈保存期間〉6ヶ月

傷あり完熟梅使用

レシピ：今井真実「今井真実のときめく梅しごと」(左右社)より

梅ピュレ



材料

- ・完熟梅
(傷がある梅を使う場合は傷の部分を切り取ったあとの状態) 200g
- ・砂糖 120~160g

梅が果物だったことを思い出す、香り高くジュシーな梅ピュレ。
梅の果実そのものをとじこめた味は、あなたの新しい梅仕事の定番メニューになることでしょう。
ジャムのように使うのはもちろん、かき水にかけたり、お肉に合わせても。

作り方



1. 梅のヘタをとり、傷んでいる所は包丁でとりのぞく。
2. 珪瑯かステンレスの鍋に、梅と、かぶるくらいの水を入れ、沸騰したら梅のザルにあげる。湯を捨てたら梅を鍋に戻し、再びかぶるくらいの水を入れて沸騰させる。3回茹でこぼし、アクをとる。
3. ザルにあげた梅を鍋に戻し、木べらなどで種が出るように崩し、砂糖を入れる。
4. 火をつけ、混ぜながら弱火で熱し、白いアクが浮いたら丁寧にすくう(もうさほど出ないはず)。軽く沸騰したら、すぐに火を止める。決して煮詰めないこと。
5. 最後に種を取りのぞき、ハンドブレンダーやミキサーなどで滑らかにする。かなりしゃばしゃばの状態に仕上げる(皮が気に入らない場合はつぶさずそのまま保存しても良い)。
6. 保存容器に移し、冷蔵庫に入れる。

〈保存場所〉冷蔵庫
〈保存期間〉3週間(2日ごとに混ぜる)
／冷凍1年

傷あり完熟梅使用

レシピ：今井真実「今井真実のときめく梅しごと」(左右社)より

梅みそ



材料

- ・完熟梅 200g
- ・みそ(辛口) 500g

梅みそのレシピは甘みをつけているものが多いのだけど、私は梅だけ。その代わり保存性は弱まるので冷蔵庫で保存してください。餃子につけると最高!酸っぱいおみそは夏はきゅうりにつけたり、炒め物に使ったり。豚汁に使ってもさっぱりしていいです。そうそう、おにぎりに塗って焼くのも最高。

作り方



1. 保存容器にみそを敷き詰め、梅を埋める。傷があれば包丁で切り取る。梅の表面が出ないようにスプーンなどでまんべんなくみそをなでつける。カビやすいので、必ず冷蔵庫で保存。
2. 1~2日して梅から水分が染み出したら、表面を押し付けるようにして梅とみその隙間を埋める。3日に1回くらいカビがないかチェックし、1週間ほど経ったら、梅をつぶすように全体をかき混ぜる。10日後くらいから食べごろ。

〈保存場所〉冷蔵庫
〈保存期間の目安〉6ヶ月

傷あり完熟梅使用

レシピ：今井真実「今井真実のときめく梅しごと」(左右社)より

梅ダーズリン



材料

- ・完熟梅 200g
(梅酒や梅シロップを漬けたあとの梅でもOK、傷がある場合は切り取る)
- ・ダーズリンのティーバッグ 2~3個
(茶葉3gでも可)
- ・砂糖 130g
- ・水 200ml

完熟梅の香りとダーズリンティーの相性がこんなに良いなんて。静かに火を通した梅は、夏の繊細なおやつ。とろとろとした梅の甘くほろ苦い果肉が喉を潤します。紅茶と梅が合わさったシロップはきんきんに冷やして飲んで。大人の香りがする一品です。

作り方

1. 厚手の鍋に梅、砂糖、水を入れ、弱めの中火で時折梅を転がしながら8分煮る。アクが出たらすくう。
2. ダーズリンのティーバッグを入れ、2分煮出す。
3. 保存容器に入れ、粗熱が取れたら冷蔵庫に入れる。翌日から食べごろ。

〈保存場所〉冷蔵庫
(かびるため、梅が紅茶液から出ないようにキッチンペーパーを被せ保存)

〈保存期間〉3ヶ月



傷あり青梅使用

レシピ：今井真実「今井真実のときめく梅しごと」(左右社)より

青梅の花椒漬け



材料

- ・青梅(種つき) 200g
- ・花椒 小さじ1
- ・醤油 120ml
- ・砂糖 40g
- ・ごま油 小さじ4

青梅のさわやかさを活かすために考えついたのが、この中華風のお漬物。ごま油の香ばしいかおりとしばれる花椒のホール、酸味のキリッとした味わいの青梅。このハーモニーで、食べ始めたらぼりぼりと止まらないおいしさです。花椒がない場合でもちょっとした良いおつまみになりますよ。

作り方

1. 梅をたっぷりの水につけて一晩アク抜きをする。
2. ヘタをとり、水気を拭き取る。
3. 梅の種を外し、適当な大きさに切って、すべての材料とともに保存容器に入れて混ぜる。冷蔵庫で保存し、1日1回容器を揺すって様子を見る。1週間ほどで食べごろ。

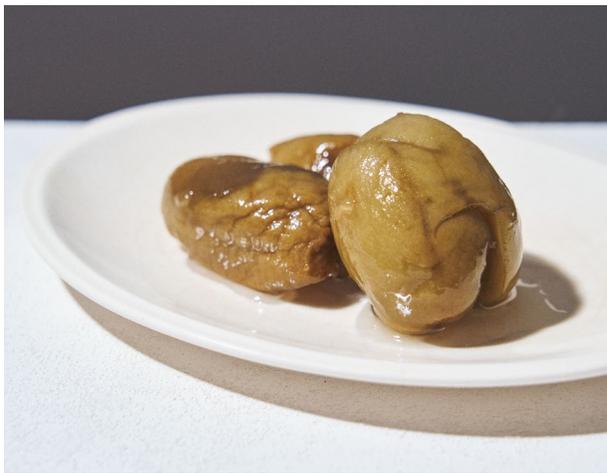
〈保存場所〉冷蔵庫
〈保存期間の目安〉2週間



傷あり青梅使用

レシピ：今井真実「今井真実のときめく梅しごと」(左右社)より

青梅のカリカリ砂糖シロップ



材料

- ・青梅 200g
- ・砂糖 100g

これは良いレシピ。青梅の果肉を包丁で切り落とすか、割るかしてお砂糖と和えるだけ。なんともいえない酸味が爽やかなお茶請けができます。カリカリ食感を保つためには冷蔵庫で保存して。私はきゅうりのピクルスの代わりにお料理に使うのも好きです。梅シロップも飲んで果肉も食べて一石二鳥です。

作り方

1. 梅をたっぷりの水につけて1晩アク抜きをする。
2. ヘタをとり、水気を拭き取る。
3. 包丁で削ぐように、梅の種を外し、傷は切り取り適当な大きさに切って保存容器に入れる。
4. 砂糖を入れ、しっとりとなじむまで混ぜる。冷蔵庫で保存。3日ほどで食べごろ。

〈保存場所〉冷蔵庫
 〈保存期間〉2週間



傷あり青梅使用

レシピ：今井真実「今井真実のときめく梅しごと」(左右社)より

梅パクチー



材料

- ・青梅 100g
- ・パクチー 2本(20g程度)
- ・ごま油 大さじ2
- ・にんにく 1かけ(10g程度)
- ・塩 10g

生の梅に火を通して調味料を作るのって面白いんです。実験気分て塩味だって自分好みに調整して。カビやすいから、かならず保存するときは油でふたをするように。梅の酸とにんにくが化学反応を起こして緑色になっても心配しないでください。

作り方

1. パクチーを根も含めてみじん切りにする。梅のヘタ、傷をとり、包丁で4つに切り目を入れて種から果肉を外して、ざく切りにする。
2. フライパンにごま油を引き、にんにくをすりおろして入れ、火をつける。弱火で熱し、にんにくがしゅわしゅわしてきたら、梅と塩を入れて炒める。
3. にんにくの刺激臭がなくなったらパクチーを入れる。ひと混ぜして沸騰させ、パクチーが鮮やかな色に変わったら完成。

〈保存場所〉冷蔵庫
 (油が減ったら足し、常に油で蓋をするように保存)
 〈保存期間〉1ヶ月

