

- 6 土用(立秋の前の18~19日)を過ぎたら、天気の良い日に梅だけざるに出して日干しする。(写真9、10)
- 7 漬けていた汁に6の梅をもどし入れ、重しは軽くのせる。これを3回繰り返す。
- 8 程よく干し上がったら出来上がり。



土用あと

干しては梅酢に漬け込む作業を3回繰り返します。

### 減塩梅干しの作り方

梅を漬物用ビニール袋に入れ、7%の塩と焼酎600ccを加え、しっかりと袋の口を結ぶ。時々転がして土用過ぎの良い天気の日到天日干しする。(しそは好みで使う。しそなしでも程よい色に仕上がる。)

梅酢は梅干しを戻して保存してもよいし、お酢がわりの調味料として使ってもよいです。土用干しした赤しそは乾燥させて粉にすればゆかりになります。



## しその実漬け

ふりかけとしてごはんにかけてたり、漬け物にまぶしたりしてみてください。しその実は実ってから時間が経ちすぎるとかたくなるので、なるべく実の柔らかい時期に作ると良いです。

### 材料

しその実(赤しそ) 3株分  
塩 適宜



### 作り方

- 1 しその実をしその枝からしごき取る。
- 2 かたい茎の部分などが混ざっていたら取り除き、実をざるに移す。(写真1)
- 3 ざるの実に沸騰したお湯をかける。
- 4 水気をよく切った後、しその実に塩を合わせて全体をよく混ぜ合わせる。
- 5 保存容器に入れて4~5日すれば食べられる。(写真2)

