

塩が決め手のお漬物にぴったり!

国産原料
100%

瀬戸の あらじお

冬こそおいしい漬物。手軽にご自宅で!

- ✕ フレーク状の平釜塩なので野菜とよくなじみます
- ✕ にがりを含んでおり、まろやかな塩味に仕上がります



旬の冬野菜 と 瀬戸のあらじお を使って 野菜を漬けよう 🍴🥄

大根の柚子漬

大根	400g	(a)	
塩	大さじ1/2	酢	25cc
柚子	1/2個	砂糖	大さじ1/2
砂糖	大さじ1		

1. 大根は皮をおき、2~3cmの半月に切り、塩をまぶし重石をして2時間置く。
2. 柚子も大根と同じように切り、砂糖をまぶしておく。
3. ①と②の水を絞り、よく混ぜ合わせた(a)に入れて味をなじませる。



白菜の旨み漬

白菜	1/2株(約800g)
塩	大さじ1・1/2 (白菜の3%)
赤唐辛子	1本 刻み昆布・4g
りんご	1/2個

1. 白菜はさっと洗い、根の方の固い所を切り2~3cmのざく切りにする。
2. ①に塩をまぶし、小口切りにした赤唐辛子を入れて混ぜ合わせ、ボウルに入れる。
3. 重石をして1晩おき、水を良く絞る。
4. りんごは3つのくし形に切り、薄切りにする。
5. 水を絞った白菜をボウルに戻し、刻み昆布とりんごを入れ混ぜ30分程重石をする。

手作りの漬物に **ほった 伯方の塩**®



伯方の塩は伯方塩業株式会社の登録商標です。

白菜はビタミンCが豊富で食物繊維も多く、胃腸の働きを高めると言われています。
また、塩漬けにすることにより体に良い腸内細菌ができて、整腸作用もあります。毎日の健康のために、「伯方の塩」を使って手作りの「白菜の塩漬け」を作ってみませんか？

伯方の塩は、海水を自然の風と太陽熱で蒸発結晶させた輸入塩を日本の海水で溶かして原料とし、にがりをほどよく残してつくった風味のあるお塩です。

あらしお 🔍 漬け物には**粗塩**！

粗塩には **にがり成分**、カルシウム、マグネシウム、カリウムなどのミネラルが含まれています。

ふつうのお塩で漬けた野菜は、浸透圧で水分がでてしまい **しなっ** となってしまうがちです。

ですが、粗塩に含まれる **ミネラル** は 野菜の細胞膜のペクチンと結合するので、**歯ごたえ、歯触りのいい** お漬物を作ることができます！

お問い合わせ
浜松塩業株式会社

☎ 053-426-1175