

にがりを含んだ粗塩タイプ

オーストラリア西海岸の

ほった 伯方の塩

天日塩 波の煌S精粒



内容量	500g/個
ケース入数	500g×20個
参考小売価格/個	248円(税込)



内容量	290g/個
ケース入数	290g×10個
参考小売価格/個	297円(税込)

✂ にがりを含んでおり、野菜がパリッと漬かります。

✂ にがりが少なく、素直な塩味です。

「伯方の塩」「波の煌S精粒」を使って 野菜を漬けよう

大根の簡単漬け

大根 300g
塩 小さじ2
砂糖 小さじ2
大根の葉 適量

1. 大根は長さ6cmに切り、厚めに皮を向き、細切り。
2. 大根の葉は塩茹でし、水で冷まし、水気を絞り小口切り
3. チャック付きビニールにすべてを入れ、手で揉む
4. 空気を抜いて口を閉じ、皿やボウルを重石にして3時間着ける。その後冷蔵庫で冷やせばできあがり。



白菜の簡単漬け

白菜 1/4株(約600g)
塩 大さじ1
赤唐辛子 1本
昆布 5cm

1. 白菜は根元から半分に裂き、半日ほど天日干しする。
2. 白菜の葉の間まで洗い、水気を切る。
3. 葉の間に塩をすり込む。
4. チャック付きビニールに材料を入れ、空気を抜いて口を閉じる。
5. 皿やボウルを重石がわりに冷暗所で2日ほど漬ける。
6. 水気を絞り、食べやすい大きさに切ってできあがり。