

かんたんキムチの作り方

令和4年1月（あおば地区公民館）

（白菜1玉当たり）

材 料	分 量	材 料	分 量
白 菜	1玉	人 参	1/2本
大 根	10cm	シ ョ ウ ガ	小1袋
塩（白菜と大根の重量の2%）		ニ ン ニ ク	1/4玉
		白 ネ ギ	1本
タ レ	500cc	昆 布	60cm
（分量は目安ですので、好みや状態で加減する）			

野菜の塩漬け

- ① 白菜は3cm程度の一口大に切る
- ② 大根は長さ5cmで1cm角の拍子切りにする
- ③ 白菜と大根の重量の2%の塩を全体にまぶして重しをして漬け込む
- ④ 出てきた水はその都度捨てておくとよい

本漬け

- ① 塩漬けした材料をザルに入れ、重しをして2～3時間程度水切りをする
- ② 人参・ショウガ・ニンニク・白ネギ・昆布は千切りにし、①と合わせる
- ③ ②とタレを合わせて、よく混ぜ合わせる

保管方法

- ① 出来上がったキムチはジップロックに1回分ずつ入れ、空気をよく抜く
- ② 浅漬けは当日からでも食べられます。だいたい1週間ほどで味がよくなじみます。
- ③ 冬の間は冷暗所で2週間程度保管が可能。時間とともに味が変わるので好みの味を見つけてください。
- ④ 味が変わってきたら、冷凍庫で保管すると長い間楽しめます。
- ⑤ 好みで、タレや塩の量は加減する。塩アミやニラなどを入れても美味しい