

ゆず白菜

<https://www.youtube.com/watch?v=6s9VEPIO4r4&t=186s>

<材料>

白菜	316 個	922i
ゆず	3 個	
漬け塩	6% (4: g)	
調味液		
砂糖	小さじ 3 杯	
和風だし	7 g	
酢又はゆず果汁	大さじ 4 杯	37×4=52o n
唐辛子	3 本杯	
コンブ (切コンブが便利)	6i	

1. 白菜を 3～4 cm幅に切り（葉が大きい場合は半分に切る）ビニール袋に半分入れる。漬け塩を半分入れる。良く振る。
2. 残った白菜と漬け塩をビニール袋に入れ、良く振る。
3. フライパン、鍋、バットなどを使って、2 kgの重しをして、30 分漬け込む。
4. コンブは表面を濡らしたペーパータオルで拭き、ハサミで切る。唐辛子は種をぬきハサミで切る。
5. ゆずの皮をピーラーで剥き、千切りにする。剥いた柚子をコロコロと手でもみ、半分に切って果汁を絞る。絞るとき、皮や種が入らない様、ザルの上で絞る。
6. 3を袋から出し、ザルに開け、手で水気を絞る。
7. 白菜をビニール袋に戻し、調味液を入れ、空気をぬいて口を閉じる。
8. 1 日経ったら OK