

# きままに一品 第四十七回

## 塩麴（塩糀）



今話題の、万能調味料、塩麴（しおこうじ）を作ります。塩麴は、昔から有ったようですが、私が知ったのは昨年の9月の新聞の記事からです。どのような調味料か判らないので、ネットで注文して手に入れてみました。



この写真の商品が**塩糀**です。使う量は食材の割が目安だそうです。

早速、豚のロース肉にまぶしてしばらく置いて、網焼きにしてみました。とても美味しく戴きました。それからは、キュウリを浅漬けにしたり、野菜炒めに使ったりと色々試してみました。どちらかと言うと、単純な料理に合うようです。



では、塩麴の作り方です。材料は、乾燥麴、塩、水の三つです。割合は、3：1：3が基本ですが、水の量はもう少し多め。塩は自然塩を使います。水は、水道の水で十分です。アルカリオン水は避けてください。麴の力が弱まるそうです。

乾燥麴をボウルに入れて、ほぐします。大きく割ってほぐしていきます。途中、塩を入れて、混ぜながら、麴が一粒一粒になるまで丁寧にほぐします。ほぐし終わったら、水を加えます。基本は、麴の量と同じ。麴が100gだったら、水は100cc

です。(水は 1g=1cc ※厳密に言うと違うそうです) 乾燥麴の場合、水を吸いますので同量では足りないと思います。そのまま混ぜて、容器に移して、ひたひたになるように水を足してください。そのあとスプーンなどで混ぜてください。これで



作業は一応終わりです。ラップで覆うか、フタを軽く乗せて、常温で発酵させます。冬場は、1週間~10日くらいで出来上がりますが、(夏場は5日くらいだそうです) 一日一回良く混ぜてください。

容器は写真のような物がベストです。浅い容器ですと、表面積が広いので、その分ひたひたの水の量が増えますよね。また、二日目に麴が水面より出ていたら、水を足してひたひたになるように管理してください。後は毎日混ぜて、発酵を待ちましょう。目安は、甘い香りがして、舐めてみたら、塩気が尖ってない状態です。

完成したら、フタをして、冷蔵庫へ。半年くらいで使いきりましょう。

※最初、作ったときに、発酵しすぎて失敗しました。それはそれで使えたのですが、ちょっと酸っぱい感じでした。