Hyouge Bi-sho

へうげ醤粕

古式本醸造

1kg
¥480

『へうげ醤粕』を使って お漬物を作りましょう！

（イラスト＆文：工藤 元子）

『材　料』

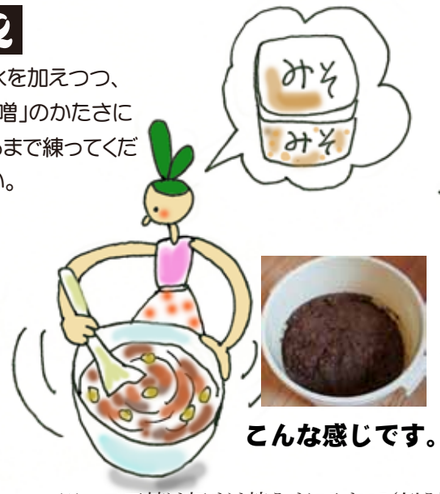
- へうげ醤粕　500g
- 水（エリクサー水）適量
- 唐辛子　2本
- 昆布　5cm角
- 一二三糖　適量
- 漬物にする野菜（きゅうり、なす、大根、人参、カブ等）

1

●へうげ醤粕を容器に入れ、水を加える。

2

●水を加えつつ、「味噌」のかたさになるまで練ってください。



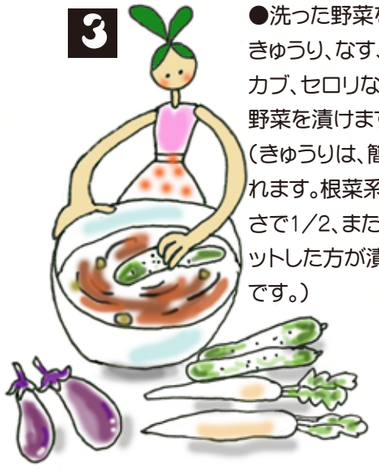
●お味噌のかたさになったら、そこに昆布、唐辛子、一二三糖少々いれます。

こんな感じです。

※一二三糖は初めは控えめに入れて（例えば、小さじ1～2位で）、最初に出来た漬物の味をみて、あとで足すといいと思います。

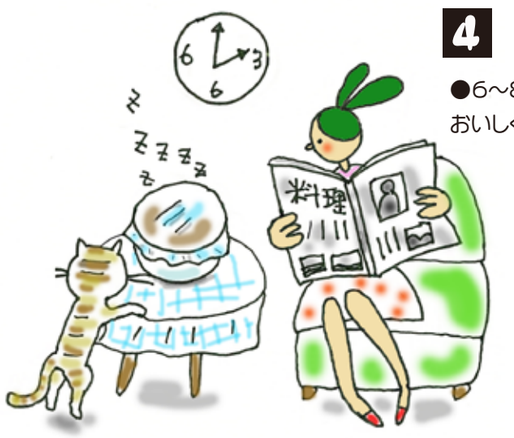
3

●洗った野菜を入れます。きゅうり、なす、人参、大根、カブ、セロリなど、お好みの野菜を漬けます。（きゅうりは、簡単に漬けられます。根菜系はその大きさで1/2、または1/4にカットした方が漬かりやすいです。）



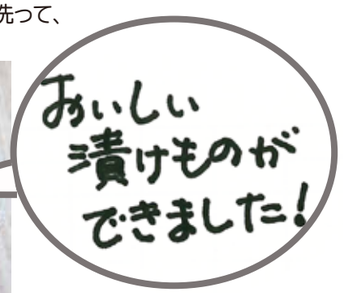
4

●6～8時間で、おいしく漬かります。



5

●6～8時間後、床から取り出してよく洗って、あとは切ってだすだけです。



6

●常温の場合、ぬか床のように、しょっちゅうかき混ぜる必要はありませんが、やはり暑い季節は発酵が早く、野菜から水分が出るので、野菜を取り出した後は床の全体を混ぜた方がよいでしょう。

野菜の水分で床が緩くなったら、また「へうげ醤粕」を足してください。

7

●旅行に行ったり、漬物をつけない時は、冷蔵庫に保存してお休みです。

Q & A

●「3日も粕床に入れっぱなし！」： これはしょっぱい漬物になりますよ～!!常温保存可能ですが、暑い季節は発酵が早いので、早くに漬かってしまいますから、6～8時間でとり出しましょう。

●「表面に白いカビが出てきた！」： 白いカビは「産膜酵母菌」。シェリー酒造りにも使われる無害な酵母です。増えすぎて表面が灰色っぽくなっていたら表面をこそげて捨てた方が良いですが、白くなっている程度なら、そのまま混ぜ込めば大丈夫ですよ。糠床の酸味を抑えたり、旨味や風味を増やしてくれる効果があるので、うちではいつも混ぜ込んでいます。

まほろば創業29周年記念『へうげ醤　誕生物語』から　まほろば主人

『漬物床の革命!!』・・・

搾りの現場に立ち合った時、へうげの搾り粕を見せて頂いた。まだ馥郁たる醤油香が漂うその残渣がいかにも、何かを訴えているほどいとおしく、勿体ないものに思えた。

一般的には産業廃棄物でお金を出してまで処分するという。堆肥の元か、畜産の飼料などのほか、用途がないという。まだ、豆の形もしっかり残っており再利用できないものだろうか。それと原料費が5倍ほどかかっている。色々考えあぐねた結果、あの小泉武夫大先生にお伺いすることとした。

何と、「これは今もって解決しない醸造学者たちの永遠のテーマで、そう簡単ではないのです」とのたまわれた。それならば、独り考えるしかない。何せ、勿体ないのである。そのまま肥料にするには塩分が効き過ぎている。そのもので食用にするには、石炭焙煎で砂を噛んでいる。そうだ、糠床！　第二の糠床に使えないか。早速、家内に頼んで、醤油粕床を作って貰う。

そこから漬かり立ての胡瓜と茄子。何とも、美味ではないか！！どうして今まで放っておいたのか。知っているのに、食べたことのない味、不思議な味覚、これはいけるぞ！！

醤油は常食しているのに、醤油で漬けた漬物はないのではないか。これは古くして新しい味なのだ。必ず、受け入れられて浸透し発展する。

それに、今まで用途がなくて、闇から闇に葬られていた新食材に脚光を浴びさせても良いのではないか。日本の伝統食として「塩麹」は昔からあったものだ。それが一躍ブームの火種が付くと燎原の火のように全国に知れ渡った。醤油粕とて同じだ。多くの醤油会社で産業廃棄処分にあるこの隠れた宝を掘り出し、普及させては如何か。皆さんのアイデアを募集したい所。

家内の基本レシピによると、「醤油粕に砂糖（一二三糖）と唐辛子、昆布を入れてエリクサー水で混ぜる」糠床とさほど変わりない。工夫の余地はまだまだある。

という訳で、この前途は妙に明るいのだ。

国民の皆さん、智恵を出し合って、日本伝統食文化に新たなる一頁を加えようではありませんか。

こんな付録までもたらせてくれた「へうげ醤」に万歳!!