


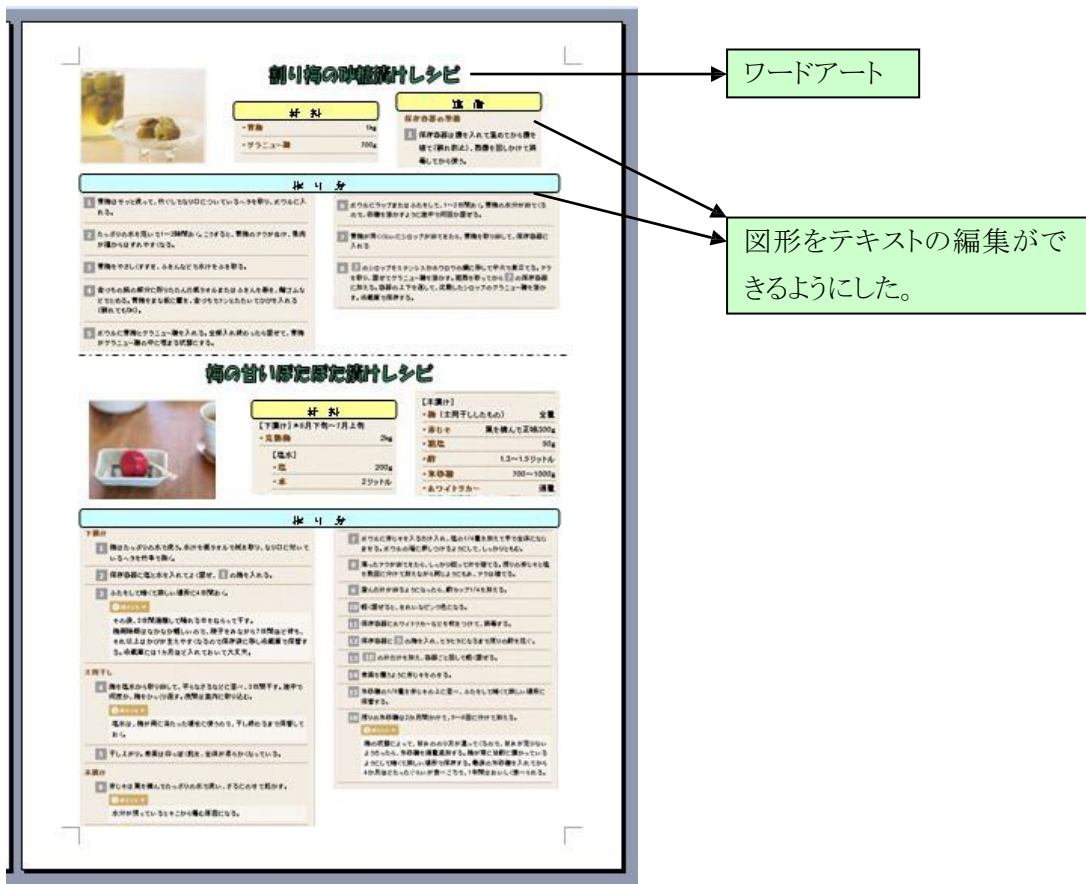
# インターネットで探してお気に入りの梅料理レシピを作成

1. インターネットでお気に入りの梅料理を探す〔検索キー「梅の砂糖漬けレシピ」「梅の甘いぼたぼた漬けレシピ」〕
2. 梅料理レシピを、+Shift キーを押しながら S キーを押して、画面の「レシピ」を切り取りワードに貼り付ける。（画面にレシピ全体が入らないときは何回かに分けて切取る）
3. 貼り付けた画面をテキストの折り返しで「前面」にする。
4. 2ヶ所別々に貼り付けたいときは、コピーして2つ作ってから1ヶ所ずつトリミングする。

**【例】**



5. ワードアート・テキストボックスなどで題字や項目を入れて仕上げる。



# 割り梅の砂糖漬けレシピ



## 材 料

-青梅	1kg
-グラニュー糖	700g

## 準 備

### 保存容器の手間

- 1 保存容器は湯を入れて温めてから湯を捨て(割れ防止)、熱湯を回しかけて消毒してから使う。

## 作 り 方

- 1 青梅はサッと洗って、竹くしでなり口についているヘタを取り、ボウルに入れる。
- 2 たっぶりの水を注いで1~2時間おく。こうすると、青梅のアクがぬけ、果肉が種からはずれやすくなる。
- 3 青梅をやさしくすすぎ、ふきんなどで水けをふき取る。
- 4 金づちの鉄の部分に折りたたんだ紙タオルまたはふきんを巻き、輪ゴムなどでとめる。青梅をまな板に置き、金づちでトンとたたいてひびを入れる(割れてもOK)。
- 5 ボウルに青梅とグラニュー糖を入れる。全部入れ終わったら混ぜて、青梅がグラニュー糖の中に埋まる状態にする。
- 6 ボウルにラップまたはふたをして、1~2日間おく。青梅の水分が出てくるので、砂糖を溶かすように途中で何回か混ぜる。
- 7 青梅が厚くくらいにシロップが出てきたら、青梅を取り出して、保存容器に入れる
- 8 7のシロップをステンレスかホウロウの鍋に移して中火で煮立てる。アクを取り、混ぜてグラニュー糖を溶かす。粗熱を取ってから7の保存容器に加える。容器の上下を返して、沈殿したシロップのグラニュー糖を溶かす。冷蔵庫で保存する。

# 梅の甘いぼたぼた漬けレシピ



## 材 料

【下漬け】*6月下旬~7月上旬	
-完熟梅	2kg
【塩水】	
-塩	200g
-水	2リットル

### 【本漬け】

-梅(土用干ししたもの)	全量
-赤じそ	葉を摘んで正味300g
-酒粕	50g
-酢	1.3~1.5リットル
-米砂糖	700~1000g
-ホワイトリカー	適量

## 作 り 方

### 下漬け

- 1 梅はたっぷりの水で洗う。水けを紙タオルで拭き取り、なり口に付いているヘタを竹串で除く。
- 2 保存容器に塩と水を入れてよく混ぜ、1の梅を入れる。
- 3 ふたをして暗くて涼しい場所に4日間おく。

#### ①ポイント▼

その後、3日間連続して晴れる日をねらって干す。  
梅雨時期はなかなか難しいので、様子を見ながら7日間ほど待ち、それ以上はかびが生えやすくなるので保存袋に移し冷蔵庫で保管する。冷蔵庫には1か月ほど入れておいて大丈夫。

### 土用干し

- 4 梅を塩水から取り出して、平らなざるなどに並べ、3日間干す。途中で何度か、梅をひっくり返す。夜間は室内に取り込む。

#### ①ポイント▼

塩水は、梅が雨に当たった場合に使うので、干し終わるまで保管しておく。

- 5 干し上がり。表面は白っぽく乾き、全体が柔らかくなっている。

### 本漬け

- 6 赤じそは葉を摘んでたっぷりの水で洗い、ざるにのせて乾かす。

#### ①ポイント▼

水分が残っているとそこから腐む原因になる。

- 7 ボウルに赤じそをいれただけ入れ、塩の1/4量を加えて手で全体になじませる。ボウルの端に押しつけるようにして、しっかりとむ。
- 8 爛ったアクが出てきたら、しっかり絞って汁を捨てる。残りの赤じそと塩を数回に分けて加えながら同じようにもみ、アクは捨てる。
- 9 澄んだ汁が出るようになったら、酢カップ1/4を加える。
- 10 軽く混ぜると、きれいなピンク色になる。
- 11 保存容器にホワイトリカーなどを吹きつけて、消毒する。
- 12 保存容器に5の梅を入れ、ヒタヒタになるまで残りの酢を注ぐ。
- 13 10の汁だけを加え、容器ごと回して軽く混ぜる。
- 14 表面を覆うように赤じそをのせる。
- 15 米砂糖の1/6量を赤じその上に並べ、ふたをして暗くて涼しい場所に保管する。
- 16 残りの米砂糖は2か月間かけて、5~6回に分けて加える。

#### ①ポイント▼

梅の状態によって、甘みののり方が違ってくるので、甘みが足りないようだったら、米砂糖を適量追加する。梅が常に甘酢に漬かっているようにして暗くて涼しい場所で保管する。最後の米砂糖を入れてから4か月ほどたったぐらいが食べごろで、1年間はおいしく食べられる。