



## 日本人の知恵 ぬか漬

ぬか漬は古くから一般家庭で漬けられているなじみ深い漬物です。

ぬか漬床は手入れが良ければ何年でも使用でき古くなるほど豊かな風味を出します。

原料の米ぬかに含まれるビタミンが漬物に移行し、貴重なビタミン供給源となります。

旬の野菜が美味しく漬かる

### 乳酸菌入りぬか漬の素 550gのご使用方法

			
袋からぬかと小袋の乳酸菌を取り出し容器に入れます	湯冷まし水を加え、満遍なく水分が行き渡るようにかき混ぜます	クズ野菜などで捨て漬をし、乳酸菌の繁殖を促します。	朝夕、よくかき混ぜてください
			
乳酸菌が付いていますので捨て漬は2回くらいで結構です	床が馴染んだら漬け込みをはじめます	野菜は床に隠れるように漬けてください。	冷蔵庫に入れて冷やします。
			
なすは色落防止には、ミョウバと塩の混合塩で塩もみします	野菜の塩もみは床の塩分補給になります		

ぬか漬床は野菜を出し入れするたび、床のすみずみまで空気が入るようによく攪拌します。

床の上部をきれいにならして押さえつけ、空気を遮断して乳酸菌の繁殖を促します。

かき混ぜを怠ると雑菌などが繁殖して、腐敗の原因となります。

塩分は常に強目、水分は常に少なめに調整してください。

保存は冷暗所、冷蔵庫で行なってください。

四季の味を演出する『つけもと株式会社』製品  
 通販 共生ネットショップ <http://www.kyousei-nara.jp>  
 0745-56-4595 ファックス 0745-57-1505