

青唐辛子のしょう油漬け・唐辛子味噌



青なんばんを刻んでしょう油漬けにしたり、味噌とあわせて、辛さを楽しむものです。夏の食欲減退期でも、これだけでご飯の2~3杯は軽くイケます。その他いろいろな副菜にちょっとつけるだけで味が立ちます。箸先にちょっとくらいでも汗が噴き出しますので代謝の悪い方にもおすすめしますが、切れ●やイボ●の方はやめた方がよいですよ。地獄の苦しみを招きますので、為念！



青唐辛子を刻んでビンにいっぱい入れる。
味道楽を7・醤油3を入れて3か月程度放っておく。すぐ食べたい時は火を通しますが、待ったほうが美味。
左の写真は赤いのが混ざっていますが、少し遅い時期に入手したので青から赤に変わりかけています。

食べ頃になると、青唐辛子が茶色になります。



茄子・玉ねぎ・ピーマン・人参をみじん切りにして、あらかじめ火を通しておく(レンジでも)

左の四つに唐辛子と相当量(具の3~4倍)のかつお節を混ぜわせ、味噌を加え混ぜる

味噌は火にかけながらでないと、固くて混ざらない。
できあがり

しょう油漬けは1年間持たせるために、余計なものを入れてはいけません。昆布などをいれるとカビます。3か月经って食べるときに小瓶に取り分けるとき、チリメンジャコや昆布入れるのはOK。

唐辛子味噌は、青唐辛子+おかか+味噌だけでもOKですが、他にも入れたほうがウマそうが気がしています。これは火にかけながらつくるので、即食べられます。

これを作っておくとオカズ要らずになりますので、男にとってはたいへん便利です。酒にも Good !