切干大根と切干大根のムッチム作り

２００９年1月４日

地域人ネットワーク　小島

暮れの菜の花子供教室で収穫した特大大根２本を切り干し大根にし、ムッチムを作ってみました。

大根を５ｍｍ程度の千切りにしてから、６日ほど軒先で日光にさらすと、きれいに干しあがりました。

（写真１）　大根の千切り

袋詰めで売られている市販品と違い、見沼の太陽をたっぷりあびながら天然乾燥させた切り干し大根は、生でかじっても口の中に太陽の香りと砂糖のような甘さが広がる、上等な仕上がりでした。

（写真２）　軒先での大根干し風景

さっそく得意の「切り干し大根のムッチム」を家内が作ってくれましたが大好評！
みなさんも是非作ってみてください。

（写真３）　でき上がった切り干し大根（上）と切干大根のムッチム（下）

◎　切干大根のムッチム

- 切干大根　　３０ｇ
- 大豆　　４０ｇ
- 漬け汁　⇒　ボールに合わせておく

しょうゆ		大さじ２杯
ゴマ油		大さじ１杯
みりん・すりごま・さとう		各小さじ２杯
韓国とうがらし		小さじ２杯
にんにく	１かけ	すりおろす
しょうが	にんにくと同じくらい	すりおろす

○　作り方

①　大豆を１５～２０分フライパンでからいりして、熱いうちに漬け汁に漬ける

②　切干大根は洗って軽くしぼっておく

③　十分さめた①に②を加え、あえる

※ 食卓に出すとき、小口切りのあさつきを適量加えてもよい

※ 韓国とうがらしの代わりに一味とうがらしを使用する場合は、辛すぎるので量を減らすこと