

## 『すんき漬けの作り方～木曾ふるさと体験館～』



まず、大量の赤かぶの茎を用意します。  
(今回は約3kg)  
赤かぶの実の部分を残してあり、  
この部分は後で使います。

実の部分を切り落とし、約1cmサイズに切っていきます。  
茎を長めに切って漬ける「長漬け」と今回のように一口サイズに切る「切り漬け」がありますが、切り漬けのほうが漬かる時間が短いそうです。



赤かぶの実も同じように刻んでいきます。  
すんき漬けを発酵させるためには微生物の餌である糖分が必要です。  
発酵を進めるために、実に多く含まれる糖分を活用します。  
入れすぎると味が濁るため、量の調節は加減が必要です。



次に用意するのが大きめの鍋にたっぷりのお湯です。

温度は約 **60℃**、外気温や地域によって微調整が必要で、これもやはり経験からくるところが大きいようです。



鍋に刻んだ茎を入れ、「温め」ます。発酵に必要な温度を与えるため、長時間ゆでてしまうと栄養成分も失活してしまいます。

**10秒程度湯にくぐらせる**ような形で火加減も強くしすぎません。



ゆでた茎はすぐさま発泡スチロールに詰めていきます。本来は木の桶がいいそうですが、保温性を重視して発泡スチロールを使っています。

染み込まないようにビニール袋をかぶせて、その上から素早く茎を入れています。

### 『すんき豆知識』

「すんきは怒りながら漬けると酸く漬かる」という言葉があります。ゆでた茎を木の桶に敷き詰めていく際、手早くやらないと熱を奪われてしまうため発酵が進まず、おいしいすんきができないことから、はたから見れば怒っているかのように黙々と作業するとおいしいすんきができる、という風習からきているそうです。



茎の上に前年漬けたすんき漬けである「すんき菌の種」を振りまきます。量としては非常に少なく、この発泡スチロールに茶碗一杯程度の量です。  
なるべく広くばらまき、種菌が全体に広がるようにします。

さらにその上に切った赤かぶの茎の部分を加えていきます。  
こちらもすんき菌の種と同じく少量をまんべんなく広げていきます。



茎をゆでて敷き詰める⇒前年のすんき漬けを散らす⇒赤かぶの実をふりかける、この作業を熱が逃げないうちに素早く繰り返します。  
(今回は4回繰り返しています)  
最後に茎をゆでた際に使用したお湯を多量に注いで「すんきの素」は完成します。



すんき漬けで重要なラクトバチルス属の菌は総じて嫌気性（酸素を嫌う特性）であり、保存する際には空気が入り込まないようにしっかり押し込んで密閉します。



その際、先ほど入れたお湯にひたひたになるくらい全体を隙間なくおしつけます。  
縛っているのはナイロンのひもで、根元の部分でしっかりと結びます。



最後に重石のかわりに新聞紙でぎゅっと締め付け、ふたをしたら完成です。  
うまく漬かっていたら翌日には汁の色がピンク色に変わり、3日ほどで特有の酸味を持ったすんき漬けが完成します。

