

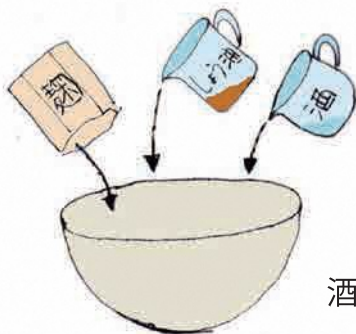
加工食品お薦めレシピ 1

ピーマンもろみ

材料 (1.5~2 kg)

- ・ピーマン 500g
- ・酒 1合
- ・ざらめ 500g
- ・青ごしょう 8~10本
- ・麴 300g
- ・醤油 3合

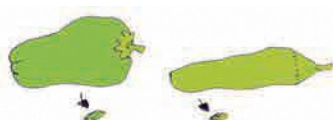
1



酒、麴、醤油を前日から混ぜ合わせておく。

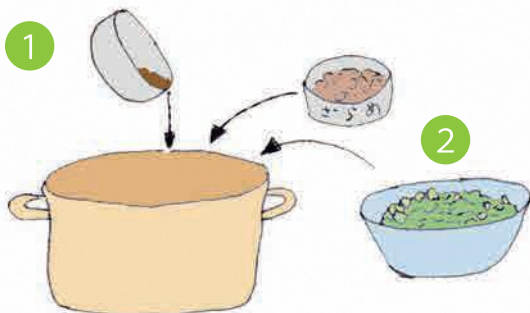
2

ピーマンと青ごしょうを洗ってみじん切りにする。



※フードプロセッサーで
みじん切りにしても
よい。

3



①とざらめを鍋に入れて
煮たち、ざらめが溶けた
ら ② のピーマンと青
ごしょうを入れる。

4



ざらめを入れたらこげやすくなるので、へら
で返しながらか、水分が無くなるまで煮詰める。
おかゆのちょっとかためぐらいで、2時間くら
いが目安。

※冷蔵庫で1年間ほど保存できる。

※出来上がったたら直ぐに食べられるが、数日後が味が馴染んで美味しい。

※冷や奴にのせたり、おにぎりの具にしたりして頂くのも良い。