

# ベーコン の作り方

(乾塩法)

原 材 料	割合	備考
豚バラ肉	1,000g	
食塩	35g	粗塩がおすすめ
砂糖	10g	三温糖がおすすめ
ホワイトペッパー	3g	
焼酎(日本酒)	適 量	他のお酒でもどうぞ
しょうが	2g	好みで加える

その他スパイスで自分好みに！！...ブラックペッパー、ナツメグ、オールスパイス、セージ、シナモン、ベイリーフ等

- 1. 下ごしらえ**...バラ肉は表面の脂肪を均一に整形してから塩がしみこみやすいように金串、フォーク等で突く
- 2. 塩 漬**...塩、砂糖とスパイス類を混ぜ、その中に焼酎を適量入れ湿らし、肉によくすり込み、ポリ袋等に密閉し冷蔵庫で約1週間保存する(焼酎は、風味と殺菌効果向上のために使用)塩漬が均等になるように1日1回天地を返す
- 3. 塩 抜 き**...流水で表面をよく洗い、約3時間程塩抜きをする(流水が直接肉に当たらないように気をつける)塩味が少々薄いくらいでよい(好みで調整する)
- 4. 乾 燥**...表面の水分をふき取り、布巾、キッチンペーパー等でくるみ、冷蔵庫に一晩おいて乾燥させる。  
次にスモーカーの温度を50~60 に保ち約2時間乾燥させる  
外気が20 以下の時は表面が乾く程度に風乾を約3時間行うとよい
- 5. 燻 煙**...60~70 の温度で約3~6時間行う(スモークの度合いはお好みで時間調整する)  
加熱殺菌には、肉の中心部温度が63 で20分以上保持する
- 6. 完 成**...燻煙が終わったら、そのまましばらく放置し温度を徐々に下げ、最後にキッチンペーパー等でくるみ冷蔵庫に一晩おいて身をしめる  
冷蔵庫に入れる前に外気にさらし、風に少々あてるとよりマイルドに仕上がる

## MEMO

スモークに最適な燻煙材は...

ぶな、なら、くるみ、さくら、りんご、ヒッコリーなど

みんぐるでは、さくら材を用意していますが、お好みのチップをどうぞ！！

(各種チップは市内ホームセンターで取り扱っています)

おいしくつくるコツ

- ・原料のバラ肉は冷凍肉をさけ、なるべく新鮮なものを選ぶ
- ・燻煙時には、肉から落ちる脂肪等が直接熱源にあたらないようにする

バラ肉のほか、ウデ、モモ、ショルダー、ロース等でもつくってもおいしい

(無添加づくりのため、長期保存は冷凍をおすすめします)

