

食育セミナーNo.17 料理を作ってみましょう!【調味の基本「塩」】

塩には味付け以外にも、生臭みを消す・ぬめりをとる・長期保存・旨みを閉じこめる・野菜の色を保つ・りんごなどの褐変を防ぐなどいろいろな役割があります。そんな塩だから塩の使い方にはいろいろな言い方があります。一部を紹介します。

ふり塩・あて塩 ・ ・ 高い位置から塩を振ることでまんべんなく塩が振りかかります。

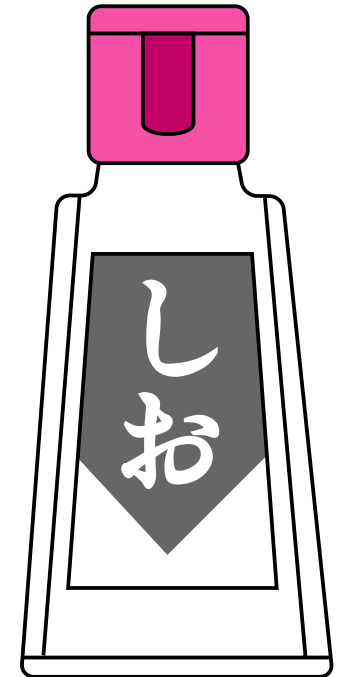
ひと塩 ・ ・ 材料に軽く塩を振ってうすく塩気を含ませることで。

ゴウシオ
強塩・ベタ塩 ・ ・ たっぷり塩をまぶしつけます。

塩もみ ・ ・ 薄い塩を振りしんなりしたら軽く手でもみ水気を絞ります。

呼び塩 ・ ・ 塩気が強い食品の塩を抜くときには、薄めの食塩水に浸して塩を抜きます。

塩ゆで ・ ・ 塩を加えてゆでることで。アクを取ったり色を良くするなどの目的があります。



 **ウオクニ株式会社**
<http://uokuni.co.jp>

※当社における食品の安全・安心および健康に関する取り組みについてはホームページをご覧ください。