

# ソミュール液レシピ

## 基本、ソミュール液レシピ

水・・・1000cc  
塩・・・150g～200g(醤油も使う場合は少なめで)  
三温糖・・・70～100g(砂糖は塩の半分以下くらいが目安)  
スパイス・・・好みに応じて  
煮立てて冷ましてから使う

## ビーフジャーキー、ソミュール液レシピ

水・・・1/2カップ  
三温糖・・・30g  
ブラックペッパー・・・少々  
オニオンパウダー・・・少々  
チリペッパー・・・少々  
醤油・・・1/2カップ  
焼酎(赤ワイン)・・・1/2カップ  
たまねぎ・・・スライス1/2  
にんにく・・・スライス少々  
煮立てて冷ましてから使う

## ホタテの燻製、ソミュール液レシピ

水・・・1000cc  
塩・・・150g  
三温糖・・・75g  
ブラックペッパー・・・少々  
ローリエ・・・1～2枚

## 応用、ソミュール液レシピ

水・・・1000cc  
塩・・・150g  
三温糖・・・70g  
スパイス・・・少々  
にんにく、たまねぎ、人参  
煮立てて冷ましてから使う

## スモークサーモン、ソミュール液レシピ

水・・・3000cc  
塩・・・350g  
三温糖・・・200g  
ローリエ・・・2枚  
黒胡椒・・・少々  
煮立てて冷ましてから使う

## ベーコン、ソミュール液レシピ

水・・・180cc  
塩・・・50g  
醤油・・・1カップ  
三温糖・・・10g  
たまねぎ・・・スライス少々  
煮立てて冷ましてから使う  
醤油・・・1カップ  
三温糖・・・10g  
たまねぎ・・・スライス少々  
煮立てて冷ましてから使う

## 燻製卵、ソミュール液レシピ

水・・・1000cc  
塩・・・50g  
醤油・・・1/2カップ  
三温糖・・・50g  
唐辛子三温糖・・・少々  
皮を剥いたゆで卵を入れ弱火で30分味をしみ込ませる。

## 塩漬の防腐効果の原理

塩蔵の原理と同じですが塩そのものに強い防腐効果があるわけではなく浸透圧で置き換えされる水に塩が溶け込み、その塩分溶液中では微生物が原形質分離をおこして繁殖しにくくなるという事です。同時に微生物の繁殖に必要な水分からしみ出てしまうので腐敗から守れる事になります。食材の大きさ、厚みによって一概に言えませんが1kgのロース肉ブロックなら直漬で17～20%の塩が必要となります。

## 乾塩法と湿塩法

食材に直接、塩をすり込む方法が乾塩法です。散塩法とか直漬、振り塩漬とも言われます。一方塩の入った浸透液をつくり食材をこの浸透液に漬込むのが湿塩法で立て塩漬、塩水付けなどもよばれます。ソミュール液漬はこの湿塩法の代表的な例となります。塩をふる乾塩法、濃い塩水に着ける湿塩法、どちらも一長一短、利点と欠点があります。

### 乾塩法の特徴

- < 欠点 > 塩が不均等になり易く無駄も多くなります。脂分の多い魚の場合空気に触れる部分が脂焼けを起こしたりする場合があります。
- < 利点 > すのこや、ざるなどで大量に処理出来、特別な道具や設備は必要ありません。また脱水作用が大きく多収穫の魚の処理などに適しています。

### 湿塩法

- < 欠点 > 仕込みに手間がかかる。
- < 利点 > 食材が空気に触れる事無く油脂が酸化する事ありません。また塩分も均等に沁み込み外観、風味など良好な仕上がりになる。