

# スジンのアンニョンハセヨ~♪



ソングスジン  
国際交流員 成 修眞  
(観光物産推進本部)



いよいよキムチを漬ける季節がやってまいりました。김장(キムジャン：冬にキムチを漬けること)は立冬の前後が最適なんです、地域によって気温の差があるため、この時期になると、各地域ごとにキムチを漬けるのに最適な日にちがテレビやラジオで流れます。それを参考にしながら、家では一年間食べるキムチを漬ける準備でそわそわしはじめます。今月は韓国のキムチの話をしていきます！

## キムチの漬け方

**材 料** 白菜、塩、カタクチイワシ、昆布、玉葱、大根、餅米の粉、小エビの塩辛、カタクチイワシの塩辛、梅のエキス

半分に切った白菜を塩水に10時間つけてから、水で洗って、水気を切っておきます。

ヤンニョム(調味料)作り：水にカタクチイワシ、昆布、玉葱、大根を入れて煮込み、ダシを作ります。ダシに餅米の粉をいれ、煮込みます。それを冷ましてから、唐辛子、ニンニク、生姜、小エビの塩辛、カタクチイワシの塩辛、梅のエキスを入れてよく混ぜます。

白菜の一枚ずつ、ヤンニョムをつけます。

いれる材料や辛さなどは地域によって違いますが、私はこのキムチに牡蠣<sup>カキ</sup>をいれるのが大好きです。

## キムチの種類

日本でも普及した白菜キムチ。でもキムチは白菜だけではありません。大根キムチ、ネギキムチ、キュウリキムチなど、とても多いです。全部で約200種類もあるから驚きですね。

## キムチで作る料理

キムチの新鮮さが落ち、少しすっぱくなった時には、料理して食べます。



キムチ鍋：豚肉とキムチを炒めた後、ダシを入れて煮込みます。最後に豆腐とネギを入れれば完成！とても簡単でおいしい一品です。

キムチチヂミ：チヂミの粉と水にキムチとイカを入れて、焼いたらOK！これもまた手軽に作れる一品です。



キムチは5 前後の低い温度でずっと保たれて保管した方が味が変わらず、おいしいです。その新鮮さを保つため、ほとんどの家にキムチ冷蔵庫があります。普通の冷蔵庫よりも、機能が優れていて、正確な温度調節もできるのです。



いつもこの時期になると、キムチを漬けるお母さんのそばで、弟と一緒に漬けたばかりのキムチを食べていました。さくさくした歯ごたえと辛さがしみこみ始めたキムチはとてもおいしく、キムチだけでもご飯が進みます。今年は食べるばかりではなく、お母さんのそばで、一生懸命キムチの漬け方を学んでいきます~！^^

