

〈切り干し大根〉



年が明けてしまったが恒例の“切り干し大根”を作る。いつもは年末にやっているのだが、昨年末は余裕がなく年を越してからとなった。ダイコン2本分を短冊状に切り、天日干しするだけの簡単な作業だが、なかなかその20~30分がとれない。たまたま昨日思い出したので畑帰りにダイコンを抜き、今日の作業となった。まだまだ数日は晴天が続くそうなので4~5日干せば出来上がるはず。午後からチャチャッと切ってすぐに干した。

2本分のダイコンでも金ざる一つ分しかなく、大した量にはならない。残っていた半分のダイコンも切って干した。以前は薄く細く切っていたのだが最近面倒なのでチョット薄めの短冊切りで済ませてしまう。こんなに大きく雑に切っても乾いてしまえば、丁寧に切った時と同じくぼろきれのようにクシャクシャに縮れてしまう。ダイコンはほとんどが水分なので、乾けばちょこっとの量にしかならない。保存袋に入れて冷凍庫に保存しておけばいつでも食べられる。



ダイコンに限らず、干し野菜はいろいろあるようで、干すと甘みが出たり栄養価が増したりするそうで、昔から利用されていたようだ。ダイコンの葉も干して入浴時に入れると、冷え性や血行促進、皮膚病などに効果があるらしい。今度はダイコンの葉で入浴剤を作ってみようと思う。ドラッグストアに行けばいろんな種類の入浴剤が売られているが、無農薬野菜の入浴剤なら安心だ。そうだ、今年は野菜や野草の活用法をいろいろと探ってみよう。