



## 梅干しは、どうして3日3晩干すの

### 日に干すと、実がやわらかくなる

梅干しは、皮にしわがあり、食べると、実がやわらかです。梅づけは、梅の実がかたくて、かりかりした感じがあります。梅干しと、梅づけは、どちらも梅の実を塩づけして作りますが、梅干しは、とちゅうで、実を、日に干すところがちがいます。

梅干しは、塩づけしてあった実を、真夏の晴れた日に、まんべんなく日があたるように、実の一つぶずつを広げて、干します。夜には、もとの梅のつけじるにもどしてやります。これを、3日ほど行くと、梅の実がやわらかくなるのです。

### なぜ、干すとやわらかくなるのか

日に干された梅の実は、水分がなくなり、皮にもしわがよりますが、夜、つけじるの中で水分を吸ってふくらみます。次の日、また、干されて水分がなくなり、しわがよることをくり返すと、梅の皮も実の肉も、もんだように、やわらかくなってくるわけです。

昔は、どこでも、夜露がたくさんおりました。3日3晩干しておけば、夜は夜露の水分でふくらみ、梅のつけじるにもどすのと同じような効果があって、梅の実はやわらかくなったのです。今の町中では、夜露はほとんど見られませんが、夜は、つけじるにもどす梅干し作りが行われています。

### 雨や、水があたるのは、さける

干しているとちゅうに雨などにあたると、梅の表面の塩気が洗い流され、つけじるにもどしたとき、塩気が減って味が落ちたり、かびが生える原因になったりします。そのため、昔から、「雨をさけ、真夏の晴れた日が続くときをねらって、3日3晩干しなさい」と伝えられてきたのです。（監修・矢野 亮）

