

燻製づくり（下ごしらえ）

I 肉の購入の留意点

肉の種類

豚肉 豚バラ肉、肩ロース肉、ロース肉（脂身が適度にあるものが良い）

鶏肉 もも肉、足、手羽元、手羽先、胸肉（油が少ないので硬く感じる）

魚 今回はやりません

肉の状態

ブロック肉（かたまり状、または短冊形）で 300g 以上が望ましい。

小さいもの（手羽元、手羽先）は短時間の燻煙にする。

II 下ごしらえの方法

- 1 塩を肉の重量の 1%～2%程度用意する
- 2 塩に胡椒を適量混ぜる。胡椒が好きな方は多めに、見栄え良くするには粒胡椒が良い。
- 3 肉の表面全体に 2 をすり込む。
- 4 月桂樹の葉を肉 100g 当たり一枚程度貼り付ける。
- 5 肉を密閉容器（タッパーまたはジップロック）に入れ、冷蔵庫で寝かせる。（3～5日）
このとき水分が出てくるが、そのままでも良いし、途中で捨てても良い。