



ここからハサミでお切りください。
開封後は↓チャックを合わせ端から軽く押してください。



チャックのレール部分に「ぬか」が付着しますと、乾燥や液漏れの原因になります。 必ずふき取ってからチャックをしっかり閉めてください。

◎つくり方

①野菜を水洗いして水気を切り、表を参考に適当な大きさに切ります。



②①の野菜をぬかどここの袋に入れて冷蔵庫で漬けます。

③表の漬け時間を目安に、ぬかどこから出してさっと水洗いし、お召し上がりください。

- 漬け込み時間は野菜の種類、大きさ、温度により異なります。
- ぬかどこ内に小さな白い粒が見られることがあります。原料の米ぬかに由来する破碎米ですので、品質には問題ありません。
- ぬかどこ内の赤い粒は唐辛子です。

野菜	漬け込み量と下準備方法	漬け時間の目安
きゅうり	2~3本 (長いものは半分に切る)	12~18時間
かぶ	葉を切り落とし、皮をむいて 縦半分に切ったもの4~6個	22~32時間
大根	5cmの輪切りを縦に1/4に 切ったもの6~8個	18~24時間
なす	少量の塩で紫色が流れる まで塩でもみ、水洗いし、 縦半分に切ったもの4~6個	16~24時間

◎お手入れの仕方

- あらかじめ発酵させてある「ぬかどこ」です。開封後すぐに野菜を漬けてお召し上がりいただけます。
- 毎日のかき混ぜは不要ですが、一週間に一度程度は、よくかき混ぜてください。
- 二週間以上お手入れせずに放置しておきますと、白い斑点が発生することがあります。これはぬかどこ内の酵母の生育に由来するのですが、気になる場合は取り除き、食塩を大さじ2杯程度加え、かき混ぜてご使用ください。
- 野菜から出た水分でぬかどこがゆるくなりましたら、清潔なペーパータオル等で水分を吸い取ってください(ぬかどこの固さの目安は味噌程度です)。
- 酸味を強くせず塩味を強くしたい場合は、5回以上漬け込んで塩味をうすく感じる場合は、食塩を大さじ1~2杯を目安にお好みに合わせて追加してください。
- 酸味が気になる場合は、卵殻(内側の薄皮を取り除いたもの1個分)をできるだけ細かく粉碎して入れてください。2~3日置きますと味がなじみ酸味が和らぎます。
- お手入れをしても青カビ等の雑菌が繁殖する場合は、使用を中止し、新しいぬかどこに買い換えてください。

- 賞味期限は未開封時の使用の目安です。開封後はお手入れ次第で繰り返し長く使えます。ぬかどこが少なくなりましたら「発酵ぬかどこ 補充用」を補充してください。

ご注意

- 常温での漬け込みは味がばらつきやすくなるので、冷蔵庫で漬けてください。
- 他社製品のぬかどこやいりぬかを追加しないでください。
- 開封後はお早めにご使用ください。

無印良品 発酵ぬかどこ

- 名称:発酵ぬかどこ ●原材料名:米ぬか(米(国産))、食塩、昆布、唐辛子、ビール酵母 ●内容量:1kg ●賞味期限:表面下部に記載 ●保存方法:直射日光・高温多湿の場所を避けて保存してください。 ●販売者:株式会社良品計画 東京都豊島区東池袋4-26-3

栄養成分表示(100g当たり)	
エネルギー	195kcal
たんぱく質	7.1g
脂質	9.0g
炭水化物	21.5g
食塩相当量	6.1g

この表示値は、目安です。

万一商品に不都合な点がございましたら、下記お客様室又は、お買上げの店までお問い合わせください。お取り替えさせていただきます。

株式会社良品計画 お客様室電話 0120-14-6404

インターネットアドレス <http://www.muji.com>

日本製 MADE IN JAPAN

