

＊乾物の保存の仕方（使いかけ）

<種類>	<保存法>
海苔	蓋付密封容器
昆布	〃 小さく切り刻んで食材の1つとして使う
ひじき	室温 サラダ、味噌汁の具などでも使用できる
乾燥わかめ	室温 乾燥時に細かくしておく使いやすい
削り節	大袋開封後は冷凍保存 常温では湿気でカビや虫が発生しやすい
煮干し	開封後は冷凍庫 常温では油が酸化する
高野豆腐	常温 冷暗所 開封後は冷蔵
切り干し大根	常温 長期保存には向かない 早目に使い切り、残りは冷蔵
干し椎茸	保存密封容器に移す 軸は醤油に漬けて出し醤油で活用
大豆 小豆 豆類	カビ、虫を防ぐ為 冷暗所 冷蔵庫野菜室で保存

＊粉物 乾麺の保存

小麦粉	常温 密封容器で保存 長期保存は品質劣化やダニの繁殖を防ぐ為冷凍保存
片栗粉	常温
パン粉	生パン粉は冷凍冷蔵で1週間 乾燥パン粉は1ヵ月で使い切る
ホットケーキミックス粉 お好み焼き、たこ焼き、てんぷら粉	粉ダニが好む材料が含まれる為、注意が必要 開封後は密封容器で冷蔵保存
パスタ そうめん うどん 等の乾麺	湿気の少ない冷暗所 シンクの下は湿気が有るので不可

- ◎ 日持ちがする乾物類は、非常食としても重宝するので買い置きしておく便利。常備したら消費期限を確認し、定期的に使ってローリングストックする。季節や開封後の湿気、温度に気を付けて保存する。
- ◎ 保存容器や中身が見えるジッパー袋を活用し、目に付く保存を心掛ける。

*調味料の保存

砂糖 塩	常温
酢	冷暗所
ポン酢	開栓後は要冷蔵
醤油	開栓後は要冷蔵
味噌	開封後は冷蔵 冷凍も可
料理酒	開栓後は冷蔵 アルコール 13 度以下は要冷蔵
麺つゆ	開栓後は冷蔵
マヨネーズ	開栓後は冷蔵 1 ヶ月で使い切る 未開封品は冷暗所
ケチャップ	開栓後は冷蔵 //
ソース	開栓後は冷蔵
バター	要冷蔵 10 度以下 冷凍も可 マーガリンは変質する為冷凍不可
ごま油 オリーブ油 など	常温 冷暗所
練スパイス	わさび しょうが からし などチューブ入りは冷蔵 1~3 カ月で使い切る

- ◎ 調味料類は開栓後の新鮮なうちが一番美味しいので、なるべく賞味期限内で使い切れる様買い過ぎには注意する。
- ◎ 無駄にしない様に色んな調理に応用する。
- ◎ 保存法は調味料のパッケージ説明に準じる。