

手造りの美味しいお味噌をつくりましょう！

<造り方>

- ①大豆は良く洗い、一晩水に浸しておく
 - ②翌朝大豆を煮る
 - ③柔らかくなったら、熱いうちに手早くつぶしよく冷ます
 - ④天然塩は大きじ1杯分くらいのこして米麴とよく混ぜておく
 - ⑤③のつぶした大豆と④の米麴をよく混ぜる
 - ⑥容器にポリ袋をひろげ⑤をよく押し付けて詰める
 - ⑦のこしておいた塩大きじ1杯分を表面にふり、布巾を敷き、重石をのせ、蓋をする。約10ヶ月ねかせる
 - ⑧「天地返し」をする
天地返しとは、中身をボールなどに出して、上にあった部分が下になるように容器に戻す作業です。この作業は旨みを均一にすると共に、カビの予防もします。 天地返しをする時期：仕込んでから約4か月後と8か月後
- ◇お味噌は生きています。もし「カビ」を発見してもおどろかないように。
まず、スプーンでカビているところをきれいに取り除きましょう。次に清潔な布巾で周りを拭いておきましょう。
- ◇10ヶ月後には美味しいお味噌が食べられます。お楽しみに！
- ◇麦麴でも仕込み方は同じです

埼玉県本庄市寿 3-3-10
有限会社 中沢食品
TEL:0495-21-2592 FAX:0495-21-8826