

～手前味噌の話～ ②⑧

昔、味噌、ってその家、その家が自分たちでつくっていて、そこにそれぞれの家庭の味、おふくろの味、っていうのがあったから手前味噌、っていうみでいて、麹菌が生きてるから冷暗所に保管しておけばず〜と腐らない！なぜかって？発酵しているからなんです！

麹菌、すごく強くて、沢山の塩分の中でも生きて発酵してる(笑)、難しいことはよくわからないけど、発酵していくと、どんどん美味くなっちゃう！オライも毎年大樽に味噌を沢山人仕込んでるんだけど、美味しくって、面白くてやめられな(笑)。

生きてる味噌だから1週間前に食べた味噌汁の味と今日食べた味噌汁の味が違うんです。

本当にびっくりするほどうまい！それでも生きてる味噌だから体にもいい！！味噌、ってすごい！

だからこれからも日本の伝統発酵食の一つ、味噌を大切にしていきたいと思っています。

味噌

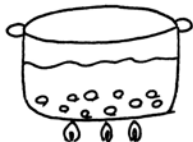
◎材料

- 生大豆 500g
- 麹 500g
- 塩 250g

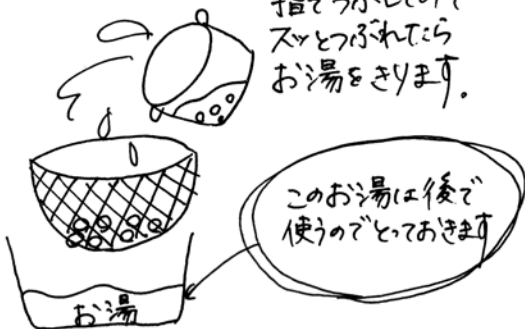
◎つくり方



大豆をたろりの水にひたしておきます。(1日)



ふやけた大豆を弱火でコトコト煮ます。



指でつぶしてみろすとつぶれたらお湯をきります。

このお湯は後で使うのでおきます



すりばちで粗いペースト状にします。



粗いペースト状になったら、米麹と塩を入れて耳たぶくらいの力でこねるまで混ぜます。

(※この時に、先ほどのお湯を入れてかたさを調節します。)



味噌をねかせず薄くなるべく空気が入らないようにしきつめて、7ヶ月しておもりのせませす。

表面に塩をのせてあげるとカビにくくなります！



冷暗所に保管して3か月に1度くらい混ぜあげて……

※約1年で完成です！！