

味噌を手作りしてみませんか

初めての方でも失敗なく作れるコツを紹介しています
大豆やこうじもぜひご注文ください

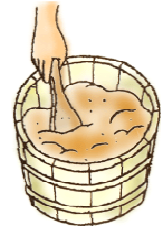


●配合のめやす

大豆(乾燥) 1kg:こうじ1kg:塩0.4~0.5kg(お好みで調整して下さい)
→できあがり約3.75kg

●準備する道具

- ・鍋(100程度のもの。短時間で仕上げたい時は圧力鍋が便利)
- ・ビニール袋とすりこぎ(大豆をつぶす道具。マッシャーなどでも可)
- ・ボウル、バットなど(材料を混ぜる容器)
- ・かめ(ポリ容器でも可)
- ・落しぶた
- ・布ぶた(木綿布。ラップでも代用可)
- ・重石(仕込量の約1割の重さが目安)
- ・ビニールの風呂敷(上からかける覆い用)



●作り方

①大豆を洗い、水に浸す

大豆を水洗いし、ゴミなどを取り除いた後、分量の3~4倍の水に12時間以上浸し、しっかり水分を含ませます。

②大豆を煮てやわらかくする

大豆1kgであれば100程度の鍋に大豆とたっぷりの水を入れ、火にかけます。煮立つまでは強火で、蒸気が出てきたらごく弱火で3~4時間煮ます。煮詰まってくるので、時々水を足してください。

③大豆と煮汁をわける

やわらかく煮えたら、大豆をざるにあげて水気を切ります。このとき、煮汁は捨てずにとっておきます。手順⑥でつぶした大豆のかたさを調節する際に使います。

④大豆をつぶす

熱いうちに大豆をつぶします。ビニール袋に大豆を入れてすりこぎでつぶす他、マッシャーでつぶし、すりばちでするなど。

⑤大豆・こうじ・塩を混ぜる

つぶした大豆を人肌冷まし、こうじ、塩(用意した分量の9割)を加えてしっかり混ぜます。熱いまま混ぜるとこうじ菌が死んでしまうので要注意。

⑥かたさを調節する

冷ました煮汁を⑤に少しずつ加え、かたさを調節します。かたすぎると発酵不良になり、やわらかすぎると酸敗するので調節は慎重に。発酵を上手に進めるため、しっかりと均一に混ぜます。

⑦容器に塩をふり、味噌をつめる

容器を熱湯消毒し、内側を焼酎でふいておきます。底に残りの塩の半分をふり、種味噌を敷き詰めていきます。詰めムラがあると熟成に影響が出るので丁寧に。

⑧ふたと重石をする

材料を詰め終わったら表面を平らにならし、再び塩をまんべんなくふります。布ぶたを平らに、隙間ができないように広げます。へり部分は指で押し込みます。布ぶたの上に落しぶたをおき、さらに重石をのせます。ホコリなどが入らないようにビニールで覆います。

⑨保存・熟成

直射日光を避け、風通しのよい冷暗所に保管。(夏場の気温28℃~32℃が一番熟成が進みます。35℃をこえると酸敗してくるので注意)

⑩転地がえしをする

7月の下旬ごろ、味噌の上下が入れ替わるようにかき混ぜます。この作業を「天地がえし」といいます。混ぜた味噌は隙間がないようにしっかりと詰めなおしを。味噌の表面を平らにならし、新しい布ぶたをかけ、落としぶた、重石をして再び保存します。

※手作り味噌のできあがり

冬に仕込んだ味噌は秋ごろが食べごろです。おいしくいただける目安は食べはじめから1年くらいです。時間とともに変化する味を楽しめるのも、手作り味噌の醍醐味。また味噌にごぼうや昆布などを入れれば、おいしい味噌漬も作れます。

ご注文欄 (商品のお渡しまでに10~14日程度かかります。あらかじめご了承ください。)

品名	税込価格	ご注文数	お渡し希望日	品名	税込価格	ご注文数	お渡し希望日
玄米こうじ 1kg	1,609			有機乾燥米こうじ 500g	1,328		
米こうじ 1kg	1,382			平譯さんの大豆 1kg	972		
麦こうじ 1kg	1,609			平譯さんの黒豆 500g	821		
やさか有機玄米糍 1kg	1,679			海の精・漬物塩 1.5kg	3,240→		
やさか有機米糍 1kg	1,474			☆10%OFF(2/9まで)	2,916		
やさか有機麦糍 1kg	1,517			自然海塩			
やさか煮大豆 1kg	1,291			海の精あらしお 500g	1,296		
				おふくろの塩 1kg	378		
				シママース 1kg	346		

お名前

TEL