

地域おこし協力隊 だより

発酵ライフアドバイザープロが伝える発酵教室

参加者募集★ 2種の味噌作り教室

～知っているようで知らない味噌をしっかりと学び美味しく仕込もう！～



塚本 麻里 隊員

今回はお味噌について詳しく解説し、「発酵ってなに？どうカラダにいいの？」など、発酵の基本的な知識をお伝えしつつ、馴染み深い味噌をしっかりと学んで、もっと美味しく楽しめるようお話しします。

実習では、2種類の味噌を仕込みます。

一つは最も基本的な米味噌。もう一つは米味噌の中でも甘味の極めて強い白味噌です。前者は簡単に思う方もいるかもしれませんが、麴・水・塩の種類や材料の割合によって、その味が大きく変わってきます。

今回の教室ではすべて厳選した無農薬素材を使います。これまで作ったことがあっても、本当の知識を知らないで作ったものと、今回しっかりと学んで作るものを食べ比べするのも面白いですよ。

そして、後者の白味噌は関西では馴染み深い甘いお味噌で、「私はお味噌汁には使わないよ～」という方でも、意外や意外！洋の料理や漬け床、スイーツにだって使うことができます。(味見したらシチューのようでビックリ…！料理の幅が広がります♪)

しかも、今回はジップロックやビニール袋を使って手を汚さず簡単に仕込むことができる作り方をお伝えします。材料も容器もすべて用意しますので手軽に参加できちゃいます。1人につき米味噌(約1.2kg) 白味噌(約800g)を仕込んでお持ち帰りいただきます。

日 時 9月16日(金) 10時～12時

定 員 6名

内 容 講義「味噌の歴史、種類と製法、効果・効能、作り方など」
実習「万能な米味噌・白味噌」

場 所 Hakko Class. 工房(北海道和寒町西町145-1)

※15分前より入室可能

参加費 5,000円(税込・材料費込)

※2種の味噌合計約2kgのお持ち帰り・味比べ体験・お味噌レシピ付

準備していただくもの エプロン、筆記用具

申 込 下記QRコードまたはHakko Class. HPよりウェブチケットをご購入ください。やむを得ない場合のみメールもしくは電話可。

キャンセルポリシー 材料準備のため、10日前よりお客様都合のキャンセルはお受けいたしかねますのでご注意ください。



天然麴の通販 と 手作り発酵食教室

Hakko Class. 塚本 麻里

HP <https://tsuku2.jp/hakko-class>

TEL 090-3386-0290

FB <https://www.facebook.com/HakkoClass>

▲「いいね！」お願いします！