

地域おこし協力隊 だより

疲労回復と健康に役立つ黒い麹と甘酒ができました！

ぜひとも一度味わっていただきたい珍しい新商品が誕生しました。全国的に見てもほとんど売っていない貴重な珍味です。黒い麹菌を使った【黒麹】と【黒麹生甘酒】についてその美味しさと栄養成分についてご紹介します。



塚本 麻里 隊員

市販では見かけない「黒麹」

黒麹ってご存知でしょうか？初めて聞く方も多いかもしれません。Hakko Class. でこれまでおつくりしている麹や甘酒はすべて「黄麹菌」という菌を使っています。黄麹菌で作る麹は、味噌・醤油・甘酒・みりんなどに適します。

一方黒麹菌は、元々焼酎をつくるために生まれた菌で文字通り黒い色をしています。この菌で作った黒麹で味噌や醤油などを作るとちょっと違った味わいになり…ものによっては不思議な味に。その秘密は、焼酎の発祥にさかのぼります。焼酎が誕生したのは九州・沖縄地方。この地域は気温が高いところですね。温度や湿度の高いところでは発酵食品を作る際に腐敗菌が発生しやすい。なのでこの地域では腐敗菌を防いでうまく発酵させるために一工夫必要になりました。

そこで登場したのが「クエン酸」です。黒麹菌はクエン酸という酸を生成する特徴があります。酸は、腐敗菌からのバリアになり、発酵菌を守ってくれるのです。みなさんもお存知の白い米麹に比べ、「クエン酸を生成する」というのがこの、黒麹です！ちなみに、黒米ではありません。白米を使った米麹です。

レモンのような酸っぱさがクセに♪黒麹生甘酒

そんな黒麹をHakko Class. でも新しくおつくりし販売することにしました。

オンライン販売のほか、工房、観光案内所でも販売予定です。※事前予約が確実です。

▼無農薬の黒麹

Hakko Class. の黒麹は、

- ①無農薬・無化学肥料の自然栽培米を使用した100%オーガニック
- ②生麹

であることが大きな特徴です。

黒麹をご家庭で使う際には、甘酒・塩麹・醤油麹が向いています。塩麹・醤油麹は、通常の黄麹菌を使った白い米麹でつくるより酸味のある調味料となり面白いでしょう。私個人的には、お酢を使う料理や中華料理にも合うなと感じています。

また、甘酒は特におすすめです（甘さが苦手な方は大注目）！こちらも、通常の作り方と同様に作れますのでぜひ試してみてくださいね！

でも、「自分で作れない！」「味見してみたい！」という方にはこちら！

▼黒麹生甘酒『恋する菌曜日』

恋菌シリーズの新しい仲間として登場です！

私が初めて黒麹に出会ったとき、甘酒にして食べてみたのですが、（……………！！）知っている甘酒の味と全っ然違って本当に衝撃を受けたものです\（◎o◎）／！お米の優しい甘味が全面に主張する甘酒とはうって違って、クエン酸の酸っぱみがガツーン！のちじわ〜っと！甘味はもちろん備わっているが先に来る酸味がクセになるのです。

だからこそ、甘酒が好きな方には衝撃の変わり種として楽しんでほしいですし、甘酒が苦手な方にはその苦手要素があまりない甘酒として味わってみてほしいです！

QRコード



QRコード



クエン酸は疲労回復に効果的

味としては酸っぱいのが特徴ですが、身体への栄養としては「疲労回復」に役立つと言われるクエン酸が豊富に含まれています。

身体はとても正直ですので、（あ、あれ食べたいな）と、なんとなく思ったものは、ご自身の好き好みではなく身体が欲している「栄養成分」です。酸味を欲するときは体が疲れているかも知れません。そんなときに、この黒麹恋菌をチュッと召し上がって頂くのもおすすめです。

<おすすめのお召し上がり方>

- ・そのまま食べる ・水、牛乳、豆乳で割って飲む ・炭酸で割ってソーダで飲む
 - ・冷凍してアイスにする
 - ★ポイント★水分で割るときはミキサーしてあげると粒が残らずより飲みやすくなります。
- ぜひお試しください！



天然麹の通販 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！

地域おこし協力隊 だより

チャレンジメロン 1年目完結！！



収穫するぞ～
(ドキドキする♡)



一日でこんなに
穫れました！！

8月、メロン栽培最後の難関『収穫』の時がやってきました。メロンの実に近い葉が枯れてくる・ヘタに縦のヒビが入る・お尻がヒビ割れてくる等、熟してくるとメロンはいろいろな収穫のサインを出してきます。でも、最初から習った通りにはいかないうちに収穫が始まりました。葉の枯れが進んでいないのに尻割れが始まり、まだ早いなと思って試し切りしてみたら熟しているし、収穫のタイミングが全然分からなくて、一番初めの収穫は佐藤さんが一緒に居てくれました。一日で100玉近く収穫して、佐藤さんの家で販売会を急遽開催させて頂きました。あとは、商工会盆踊りにて無料試食会を開催したり、地元のコンビニや直売所で販売し、和寒町民の皆さま中心に食べて頂けたと思います。

今年収穫できたメロンは全体的に大玉で、ネットの荒れが多いものの、初めて作ったメロンとしては上手にできたなと思いました。食べて頂いた町民の皆さまからは「甘くて美味しかった」との感想が多く聞こえてきて、嬉しかったです。来年はもっと宣伝して、和寒町民の皆さまにメロンを食べて頂きたいと考えています。4月から始めたメロン栽培ですが、初めてなこと尽くして1日目も目が離せない緊張の日々に、気持ちが後ろ向きになることもありましたが、手をかけた分大きく育っていく姿や、収穫した美味しいメロンを味わうことができたので、また来年も作りたと思っています。

今年は「塩狩ヒュッテ」のお客様へ、SNSを通じて道外の方にも発送販売する機会を頂きました。今後はもっと和寒産メロンを通じて和寒町外の皆さまに和寒を発信していきたいと思っています。

ここまで「チャレンジメロン」の応援ありがとうございました。来年はもっと美味しいメロンを作るぞ！お～！！

ありがとうございました。
来年もよろしくお願いいたします。



坂口 美洋子 隊員



8月7日(日)
佐藤ファームガレージ前にて
「チャレンジメロン」直売会



8月13日(土)
商工会盆踊りにて
「チャレンジメロン」無料試食会



お化粧した
MK-M197青肉メロン♡