

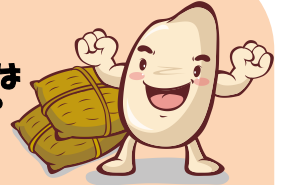
<南風カルチャー教室 特別講座>

「第5回 手作り味噌講習会

のご案内」

5回目となる「味噌作り講座」です。食の安全が大事な時代、家族で美味しい味噌を食べられる人気の講座です。富山平野の豊かな水から生まれた米麴と大豆を取り寄せますので、安心しておいしく食べられます。あらかじめ煮てつぶした大豆を用意し、その場で塩と麴を混ぜ、桶に詰めるだけなので、初心者でも気軽に作れます。来年の夏にはおいしい味噌が食べられますよ！

なぜ、手作り味噌はいいのでしょうか？



味噌は大豆の持つ栄養素やこうじ内のアミノ酸など体に良い成分をそのまま吸収します。それらはガン予防・コレステロール抑制・老化防止など様々な効果があると言われています。防腐剤や添加物等を一切使わず作りますので、酵母が生きている生味噌が出来上がり、安心でおいしいです。

2017年1月19日（木）午後2時～5時（約3時間）

定員 20名 出来上がり味噌（麴、大豆、塩込み） 7kg 7000円
3.5kg 3500円（友人と半分ずつでも良い）

味噌づくりをお店に任せる場合、3.5kgで500円、7kgで1000円プラスです。

講師 宮寄由美子(ユイの会代表) 材料提供 越国屋新村こうじ店

持ち物 エプロン 三角巾（髪の毛を束ねるもの）袋かリュック(持ち帰り用)

締め切り 11月20日（土） 定員になり次第、締め切ります。申込みはメール、FAX
をお願いします。 ★材料の都合上、キャンセルは3日前までにお願いします。

【こうじづくりの歴史は1000年以上】

富山は昔から米どころで、各家庭で味噌を作ってきた土地柄です。そんなご家庭の為に豊かに採れる米と大豆とこうじを使い、味噌作りを広めて参りました。こうじは1000年以上の歴史がありますが、当店も100年間こうじを作り続け、地元の皆様にご利用されています。

越国屋新村こうじ店（富山市）HPより



主催 ギャラリー南風・蔵の家
さいたま市中央区本町西 2-2-24
お問い合わせ&ご予約

電話&FAXかメール 048-764-8850
Chizuko0913@aol.com 090-4600-1027 山田
<http://gallery-minakaze.sakura.ne.jp/>

⑤駐車場有り お問い合わせ下さい。

↓ 電話&FAX 048-764-8850

..... 切り取り

お名前	御住所	電話番号	領収書