

第4回「南風・蔵の家 手作り味噌講習会」

食の安全が大事な時代。家庭でも出来る「味噌の手作り講習会」を行います。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5月にはおいしい味噌が食べられます！**教室参加者で、麴を別注文して、塩麴、甘麴を作ることも出来ます。レシピのプレゼント付です。麴代金 1000円**

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。

10月29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)

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 10月20日(火) 定員になり次第、締め切ります。申込みは電話、メール、FAXをお願いします。★材料の都合上、キャンセルは5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年間こうじを作作り続けています。

越国屋新村こうじ店(富山市) HPより



前回の様子

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

電話&FAX 048-764-8850

Chizuko0913@aol.com

090-4600-1027山田

駐車場有り お問い合わせ下さい。

↓FAX 048-764-8850

..... 切り取り

お名前	御住所	電話番号	領収書