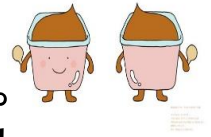


みやこさんの*手前みそ*レシピ



作り方

- 材 料 —
- 大豆 20 kg (エンレイが適種)
 - 糀 30 kg (大豆の 1.2 倍~1.5 倍)
 - 塩 11 kg
 - 種水 10.8 kg

※塩・糀の量についてはお好みにより多少の調整が可能です。

- ①味噌づくりの前日、大豆を綺麗に洗い、大豆の 3~3.5 倍の水に浸しておきます。
※浸す時間☞ 春~秋は約 12 時間
冬は約 24 時間
- ②前日浸しておいた大豆を約 2 時間位、水煮します。
(指と指ではさんでつぶれる位まで煮ます)
- ③大豆を煮ている間に糀をほぐし、塩と混ぜ合せておきます。
- ④大豆が柔らかく煮えたらザルにあげ、チョッパーにかけてつぶし、冷えるまで待ちます。

- ⑤大豆が冷えたら、上に③の糀と塩を混ぜておいたものをのせ、水を加え、耳たぶ位の柔らかさに混ぜ合わせます。

注：柔らか過ぎるとたまりが多く、固すぎると醗酵が進まない

- ⑥味噌を仕込む容器にアルコールを吹きかけ殺菌しておく。
- ⑦⑤の味噌を玉にしながらかき入れないように容器に仕込みます。

↓

仕込んだら上を平(ヘラ又はスプーン等を使うと良い)にし、振り塩をしてさらにアルコールを吹きかけラップを掛ける。

- ⑧キッチンペーパーをアルコールで湿らせ、味噌の上に掛けたラップの上を中心より外側に滑らせ、空気を抜き、密閉状態にする。
- ⑨味噌を入れた容器より大きなビニールを仕込んだ味噌の上に敷き、その上に厚さ 2cm 位の塩を一面にのせます。

注：容器のふちまで、きっちりとのせる。

保存方法

- 常温で北向きの冷暗所(常温)に置きます。
 - 容器ごとアルミシートで包んでも良い
 - 温度が低すぎると醗酵が進まない
- 仕込んで半年位から食べられます。(10月頃になれば食べごろです)

