

2014 味噌づくりワークショップ参加者募集

いいいて
「飯舘村の危機に瀕した手づくりの味噌を『種味噌』として引き継ぎ、



みんなで味噌づくりに取り組み福島に還^{かえ}しましょう。」

飯舘村「さすの味噌」から教えて四代目のお味噌(玄米味噌)をみんなでつくります。

味噌の里親では三回目の味噌づくり。

味噌づくりの経験のない方でも大丈夫！

一緒に楽しくお味噌をつくりませんか？

「までいにつながる」
の思いをこめて

日時：2月9日(日)13:00～15:00 定員：10組

会場：マハラバ文庫 山梨県中央市大鳥居3644-4 (TEL・FAX055-298-6476)

山梨交通バス 豊富診療所前(甲府駅豊富支所行き)

参加費(材料費)：一組4,000円 (お一人でも、お二人以上で一組としての参加も可能です)

こだわりの材料⇒国産特別栽培大豆(蒸し大豆)2kgと希少な国産特別栽培玄米こうじ1kg、長崎の「浜御塩」400g、種味噌(昨年仕込んだ玄米味噌)約150gです。

仕込みが済んだら、容器に入れ替え熟成させて約10ヶ月後には味わい深い玄米味噌に仕上がります。

持ち物：三角巾、エプロン、タオル、(筆記具、カメラなど任意に)

支援の内容：一組で約3.5kgの仕込み味噌が出来上がり、このうち任意に支援分の味噌を当日にご提供いただき、残りは各自お持ち帰りください。

★収益金や支援分の味噌は被災地支援とさらに次の寒仕込みで味噌を増やす活動になります。

申込内容 申し込み締め切り 定員になり次第

お名前(ふりがな) _____

*一組複数でご参加の場合は、代表者のお名前と人数をご記入ください _____人

住所 _____ 電話番号 _____

メールアドレス _____

※申込み先はこちら☎電話：FAX 055-298-6476

メール：bunkoban@gmail.com

◆こだわりの味噌をつくりたい そんな「味噌づくり」セットの内容です◆

仕込み味噌の材料にはそれぞれこだわりの国産原料（大豆と麴と塩）と種味噌に福島県飯舘村の「さすのみそ」を引き継いでつくった「味噌の里親」の味噌を用いました。とくに麴（こうじ）には希少となってしまった「玄米こうじ」を用いることによって、昔ながらの味わい深い玄米味噌をつくりたいと考えました。玄米には生きる力の源となる様々な栄養素が含まれており、私たちが失いつつある「伝統的な食品」の姿にこだわりたいと考えたからです。

このセットからは約3.5kgの味噌（塩分約11%）が約1時間半の作業でできあがります。

ただし、出来上がるのは「仕込み」という作業で、実際に食べられる味噌ができるのは仕込んでから約10ヶ月の熟成が必要です

<特長>①希少な玄米こうじを使用、

②蒸し大豆使用により作業時間も短縮できます、

③付属のポリ袋を用い「味噌作りレシピ」に沿って手づくりの味噌が出来ます。

<材料>

1 国産特別栽培大豆（蒸し大豆）1kg×2

・遺伝子組み換えではありません。

・品種は「リュウホウ」、産地は秋田県。

・特別栽培大豆（農薬不使用）をあらかじめ秩父山系城峰山の湧水でふっくら炊き上げてありますから、そのまま使えます。

※ 国産の特別栽培（栽培期間中無農薬・除草剤不使用）大豆は国内の大豆流通量の中で5%未満です。

◇プロジェクトからのひとつの提案；もし開催にご協力いただけますグループのみなさんで自ら栽培、あるいは地元で入手できる大豆がありましたら、それを使用する方法もあります。品種は問いません。ただし、その場合、開催日前日からの大豆の下処理（戻して、茹でる）の準備が必要になります。

2 国産特別栽培原料玄米こうじ1kg（乾燥）

・特別栽培米（農薬不使用／埼玉県産他、「彩のかがやき」他）を三分搗きにしてつくったものです。

※国産の特別栽培米を原料に、胚芽部分を残し麴（こうじ）に仕上げた「玄米麴（こうじ）」。栽培期間中無農薬・除草剤不使用なので胚芽部分の農薬残留の心配もなく、ビタミンなどを豊富に含み栄養価が高い麴（こうじ）です。

3 長崎「浜御塩」400g

長崎県対馬産。海水を職人が平釜で煮詰め結晶させた塩です（釜炊き製法）。

4 種味噌 約150g

福島県飯舘村佐須地区農産加工グループがつくってきた手づくりの仕込み味噌「さすのみそ」の遺伝子を受け継いでつくってきた「味噌の里親」の味噌です。

5 【付属材料】厚手ポリ袋×1、輪ゴム大×1、味噌づくりレシピ、等