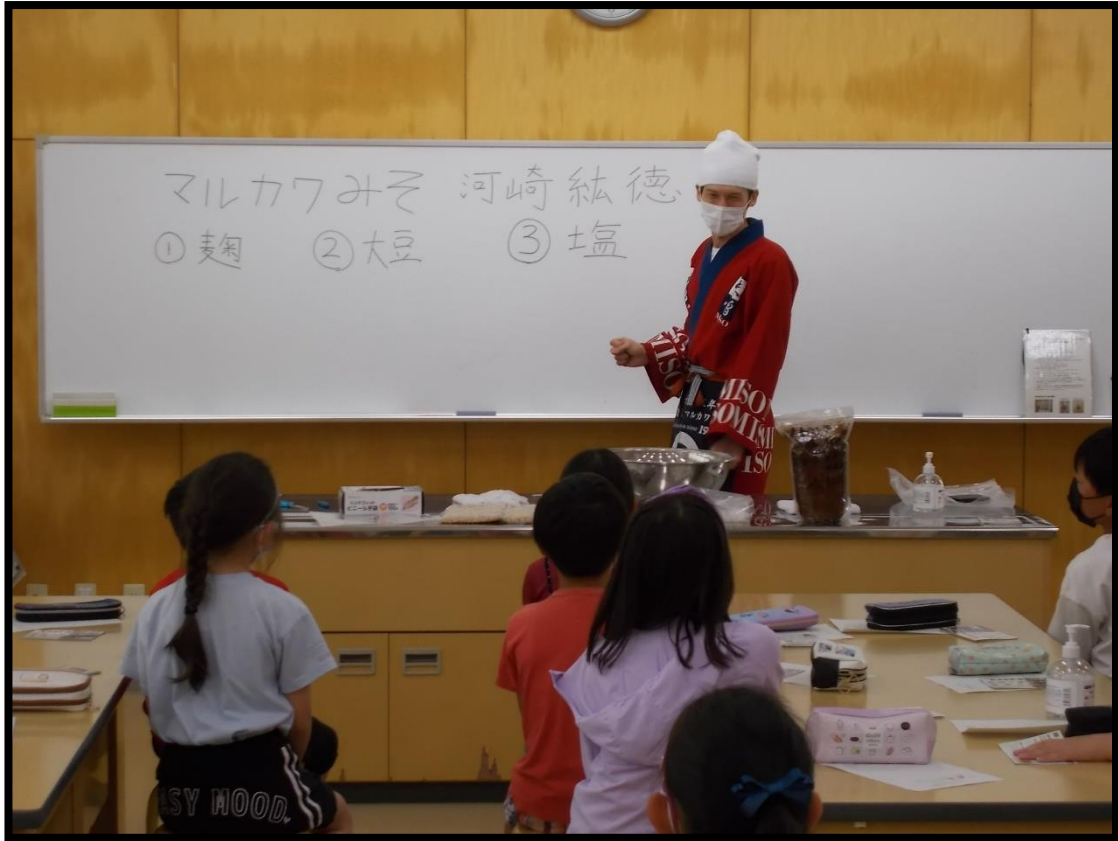




misostagram



熊のまめみそ



5月24日（火）

マルカワみその河崎さんをお招きして、「豆みそ」づくりに挑戦しました。おいしい豆みそを仕込むぞー！



4年努力点

熊のまめみそを作ろう ー仕込み編ー

「マルカワみそ」は福井のみそ屋さん

みそは、「こうじ・大豆・塩」で作ります



misostagram



熊のまめみそ



豆みそ作りー準備ー

初めてみる「豆こうじ」

4年努力点

熊のまめみそを作ろうー仕込み編ー

豆こうじを使って作る豆みそ

ほかにどんなこうじがあるか、聞いてみてください♪



misostagram



熊のまめみそ



豆みそづくり① 大豆をつぶす

大豆を手のひらでつぶしていきます。両手で体重をのせてつぶすのがポイント。

4年努力点

熊のまめみそを作ろう 一仕込み編一

大豆の煮え具合が大切

ゼロから作ると仕込みに3日かかるそう



misostagram



熊のまめみそ



豆みそづくり② 豆こうじと塩を混ぜる

豆こうじと塩をしっかり混ぜていきます。

4年努力点

熊のまめみそを作ろう 一仕込み編一

塩がたっぷり入ります

塩のおかげで、保存性が高いのです



misostagram



熊のまめみそ



豆みそづくり③ 大豆を入れてさらに混ぜる

塩が下のほうに残らないように、しっかりと混ぜ合わせていきます。

4年努力点

熊のまめみそを作ろう 一仕込み編一

「すごく大豆のにおいがする」

子どものつぶやき



misostagram



熊のまめみそ



豆みそづくり④ みそ玉を作る

丸めてみそ玉を作り、袋に入れていきます。

4年努力点

熊のまめみそを作ろう 一仕込み編一



misostagram



熊のまめみそ



豆みそづくり⑤ 空気を抜く

👉でパンチをして、みそ玉の間にある空気をしっかり抜きます。このチャック袋で仕込んで空気を抜くと、重石（おもし）がいらなそうです。

4年努力点

熊のまめみそを作ろう 一仕込み編一

力をこめてパンチ

ここから10か月間ねかせます



misostagram



熊のまめみそ



5月28日（土）

変化は見られません。色も、大豆の色のままです。黒く見えるのは「豆こうじ」です。みその色は、発酵させる期間が長いほど、濃くなります。

#4年努力点

#熊のまめみそを作ろう 一発酵編一