

美里町 味噌作り体験内容

【日 程】令和5年2月3日(金)～2月6日(月)

【場 所】美里町農村婦人の家「ふれあい」(美里町畝野 3697 番地)

【参加費】材料費(時価)、施設使用料、指導料



○ 1 日目(2月3日(金)) 13時～(作業が終わるまで 1 時間程度)

- 米 120kgを洗って、たっぷりの水に漬ける。

○ 2 日目(2月4日(土)) 8時～11時(作業が終わるまで)

- 前日洗って漬けておいた米をせいろで蒸す。
 - 蒸しあがった米をもろ蓋に広げしゃもじで混ぜながら冷ます。
 - 冷ました米をボウルに取り分け麴菌を混ぜたら、もろ蓋に戻し混ぜ合わせる。
 - 麴菌を混ぜ合わせた米を室(機械)に入れる。
- ※米 120kgに麴菌 30g×6 袋使用

} 3 回行う

○ 3 日目(2月5日(日)) 7時40分～15時(作業が終わるまで)

- 前日室に入れて発酵させた米麴を室の中に入れてそのままほぐす。
- 平らにならして蓋をして再度発酵させる。
- 発酵を待つ間(2度目のほぐし作業の前)に翌日使用する塩を計量しておく。
※普通の塩加減で作成するので 30kg 使用(米 10kg に塩 2.5g)
- ランチ休憩(弁当持参、もしくは近所に食べに行く)
- 12時より翌日使用する大豆 60kgを計量し洗い漬ける。(もろ蓋 8 枚分)
- 米麴を室の中に入れてそのままほぐし、平らにならして蓋をして3回目の発酵。

○ 4 日目(2月6日(月)) 7時40分～午前中(作業が終わるまで)

- 大豆を蒸して冷ます。(指導者が早くから準備してくれる)
- 3回目の発酵が済んだ米麴を 12 等分にして、もろ蓋に移しほぐす。
- 米麴をパラパラにほぐしたら前日計っておいた塩を混ぜ合わせる。
- 混ぜたら、冷ました大豆と大豆の煮汁(蜜)ひしゃく 1 杯分を入れて混ぜ合わせる。
- ミキサーに入れてつき、出てきた味噌を丸めてビニール袋に入れる。
- 清掃、費用計算。
- ついた味噌を持ち帰る。

<補足>

- ◆ 上記 4 日間の作業(米 120kg 分)を 4 世帯共同で行う。
- ◆ 教室は 2 世帯分を担当する。(通して通えなくても良いが、1 日最低 2 名は参加できるようにする。8 時に間に合わなくても構わない。)
- ◆ 約 60kg (実際は大豆が加わるので増える)を教室の参加人数 (もしくは世帯) で均等割りにする。
- ◆ 参加費は参加人数によって決まる。(約 30kg で 6000 円くらいを折半。後日精算する。)
- ◆ エプロン(割烹着)、三角巾(バンダナ等)、マスクを持参すること。
- ◆ 通して洗いものがあるので袖が濡れないようにゴム手袋があると良い。
- ◆ 足元も濡れるので長靴に履き替える。貸し出しもあるがサイズが合わない可能性もあるので持参したほうが無難だが、外で使用したものは菌を持ち込むので NG。
- ◆ 持ち帰る容器(ビニール袋等)は各自、保管を考えて用意する。