

～地産地消料理教室 番外編～

# 「手作り味噌」に挑戦

和食に欠かせない味噌。昔はどこの家でも作っていた味噌ですが、今は買うことがほとんど。みなかみ町の豊かな自然の中で育った米と大豆で仕込むこだわりの味噌。初心者の方でも簡単においしく仕込むことができます。一緒に楽しく手前味噌を作りましょう！



■ 日 時	令和7年	第1部	11時30分～13時(受付11時15分～)
	<b>3月7日(金)</b>	第2部	14時30分～16時(受付14時15分～)
■ 会 場	みなかみ町保健福祉センター (みなかみ町月夜野118番地)		
■ 内 容	<p>手作り味噌 ※ 第1部、第2部の内容は同じです。                  教室では大豆を潰すところから行い、チャック式ビニル袋に仕込みます。仕上がりは約2kgです。仕込んだ味噌はご自宅に持ち帰り、8か月～1年後に食べることができます。味噌を仕込む桶などがある方は持参可能です。大きさは5ℓ程度で中蓋や重しも持参ください。試食はありません。</p>		
■ 対象者	町内在住の方		
■ 持ち物	①エプロン、②スカーフ(三角巾) ③ハンドタオル、④マスク		
■ 参加費	1,000円 (大豆・麴・塩・チャック式袋代)		
■ 募集人数	各回8人、合計16人 ※抽選になります。		
■ 募集期間	令和7年2月3日(月)～2月17日(月) 午前9時まで ※第1部・第2部のどちらに参加するか決め、下記の二次元コードまたはお電話でお申込みください。		
■ 抽選/発表	ご応募いただいた方の中から抽選を行い、2月25日(火)までに郵送で結果をご連絡いたします。		
■ 申し込み 問い合わせ先	みなかみ町役場 子育て健康課 健康推進係 栄養士 電話：0278-62-2527		

味噌を仕込むための事前準備をするボランティアを募集します。  
 ①6日の午後：大豆の浸水  
 ②7日の午前：大豆を煮る作業  
 可能な人は申し込みの際に一緒にお申し込みください。

