

みそづくり盛んに! ワイワイ楽しいみそづくり

(女性部旭志支部)

気候が冷え始めた10月から3月の間に、年間50回以上、随時行っています。支部活動の「みそづくり」は、40年以上前から始まり、自分たち好みの味を自家用としてつくり続けています。大変好評で、みそづくりが目的で若い人の女性部加入が増えています♪興味がある方は旭志中央支所生活課におたずねください☆

みそづくりで女性部同士の交流も盛んにぎやか♪



蒸した麦をほぐし、熱を冷まします



麹菌に最適な温度(人肌くらい)まで冷まし、菌を混ぜます



3日間かけて仕込みます

旭志中央支所農産物加工センターで1回につき約80kgのみそを仕込んでいます。

てづくりみそができるまで

1日目

- 1 麦を洗って1時間水に浸す
- 2 ザルにあげて1時間水をきる
- 3 蒸し器で40分蒸す

麦みそづくり♪



- 4 麦を人肌程度になるまで冷ます



蒸してすぐは熱いよ



- 5 麹菌を入れ混ぜ合わせる

麹菌が活動しやすい温度で混ぜるよ♪

たねこうじきん
種麹菌
白麹5kg用



- 6 発酵機に入れて38℃前後で温度が保てるよう調整

麹菌に最適な温度調整が重要です!!



2日目

- 7 午前午後1回ずつかき混ぜる

- 8 大豆を洗い水に浸しておく



温度が均等になるように

3日目

- 9 圧力なべで大豆を20分ほど煮る

- 10 5分ほど蒸らし水で冷ます



- 11 大豆をつぶしてミンチ状にする

- 12 発酵して一塊になった麦麹をほぐす

発酵して人肌くらいあたたかいよ



- 13 ほぐした麦麹、ミンチ状の大豆、大豆の煮汁、塩を一緒に混ぜる

約3ヵ月後



3ヶ月ほど冷暗所で発酵をさせる。お好みで発酵期間は延ばします。完成後は冷凍庫で保存するといつでも食べれますよ〜♪

〈参考〉
・麹づくり適温 30〜40℃
・味噌仕込み適温 25〜30℃

地域の方々に愛され おかげさまでAコープ旭志店40周年 日頃の感謝を込めて大創業祭を開きました

Aコープ旭志店で11月27・28日の2日間、「40周年大創業祭」を開きました。2日間で1000人以上が来場し賑わいました。

Aコープ旭志店は1985年に開店。当時、身近にスーパーがなく、不便を感じている女性部からの強い希望や地元の農畜産物を地域住民に届けたい想いから建設しました。国産や地元産を中心とした生鮮野菜や精肉を販売提供し続けており、一日に平均240人が来店しています。今後も皆様に愛される「Aコープ旭志店」を目指してまいります♪



見たんさんでお腹も心もほっこり♡



愛情たっぷり♡

200食以上準備しました

前日に豚汁具材の仕込み

JA女性部旭志支部のてづくり豚汁が28日に無料で配布されました♪



抽選くじもあり賑わいました♪



野菜や肉、調味料などご奉仕品が2日間たくさん並びました!

身近なみそを手作りして楽しむ みそづくりワークショップ

菊陽町のJA直営焼き肉レストラン「まんまキッチン」で11月29日、「みそづくり」ワークショップを開き、地域住民の親子ら14人が参加しました。ワークショップを通してJAを身近に感じてもらうことで、JAへの理解促進と利用拡大を図ろうと開催。今年度から開催し、2回目の活動です。(1回目は7月にオニヤンマのお守りを作成しました)



みそづくり指導者
生活部生活企画課
佐藤係長

みそづくりでは麦麹をほぐし、煮た大豆をつぶし、塩、大豆の煮汁を混ぜ込む作業を行いました。参加者からは「身近にあるみそがどのように作られているのか知りたくて参加しました。発酵した麦麹を触り、麹の香りや人肌に温かくなることを体感でき、貴重な体験ができました」「作ったらすぐ食べられると思っていましたが、発酵させる時間が3ヶ月ほど必要なのを知りました。完成まで家で育てて春頃に食べるのが楽しみです」など笑顔の声があふれていました。このような取り組みを継続し、JAは農業者以外の方も利用できることを知ってもらい、地域住民にとって拠り所となるJAを目指していきたいと思ひます。



コネコネ



参加者は未経験者が半数で意欲的に質問されていました



発酵して人肌にあたたかいね

麹をほぐしバラバラに

煮た大豆をつぶすよ



親子で参加