







奈良 田原本町の老舗

江戸時代から260年続く茜八味噌を製造する 嶋田味噌 店主 嶋田稔さん監修による味噌づくり はなまる交北で行いました!

まず北海道産の良質の大豆を5時間かけて花萬小川料理長が

丁寧に湯がきました。











まずその湯で汁に嶋田店主の麹室でつくった良質の麹を入れて 甘酒をいただきます。











嶋田さんいわく・・・時間をかけて天然醗酵させた味噌には

酵母菌をはじめ体にいい菌が生きているため、

ガン、動脈硬化、脳卒中、老化の予防ほか疲労

回復、美肌作りなど様々な効用があるそうです。🧞

『医者に金を払うより味噌屋さんに払え』











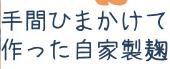














できるだけ細かくつぶして・・・ 塩を塩を加えて混ぜます!









湯で汁を入れて









さらにこねます。







次は大きい団子にします!



ってきました







ていねいにラップして





○初おひろめは来年1月の雑煮を予定しています!◎お楽しみに!手づくり味噌の雑煮で

2017年のお正月を祝いましょう!!







