

Recipe

基本の発酵調味料

お醤油がわりの 醤油麴

国産丸大豆、小麦を使用した
合成添加物不使用の天然醸造のお醤油。
それだけで完璧なお醤油なのに
麴を加えて発酵させることで、
より甘みや旨味を足すことができ、
発酵 × 発酵の力を体に取り入れることができます。



ヨーグルトメーカーで作る

Ingredients 材料

米麴又は麦麴	200g
醤油（生麴）	350g
醤油（乾燥）	400g

Directions 作り方

ポットに材料を入れてよく混ぜる。
56℃で12時間ほど保温する。

常温で作る

Ingredients 材料

米麴又は麦麴	200g
醤油（生麴）	350g
醤油（乾燥）	400g

Directions 作り方

- ① 容器に麴を入れてよくほぐす。
- ② ①に醤油を加えてよく混ぜる。
- ③ ほこりが入らないように布巾などをかぶせて常温で約1週間から10日ほど熟成させる。
1日1回かき混ぜる。
- ④ ③の麴が指先でつぶれるくらいのやわらかさになれば、保存容器に移し冷蔵庫で保存する。

Note 補足

《賞味期限》冷蔵庫で3～4ヶ月保存可能。