

米みその熟成方法

① みそが届いたら、**1kgの重石を中フタの上に置いて**ください。
漬物用の重しがなければ袋に包んだお塩などでも代用できます。



② あとは、**20～25℃の湿度の低い場所**でひたすら放置します。
※ 湿度が高いとカビが生えることがあります。(対処方法は裏面参照)

③ 7月～9月の間に**天地返し**を行います。(下記参照)

④ 発酵が順調であれば**12月には食べられます**。小分け保存容器に少しずつ取って冷蔵庫に入れて保存し、お早めにお召し上がりください。



残りの樽の味噌は、多湿を避け冷暗所でそのまま熟成保存しながら、熟成度合いで変化する風味をお楽しみください。

天地返しのおすすめの時期は**仕込みから半年後（7月～9月）**くらいです。

天地返しの手順

① 味噌の入った袋を新聞紙の上に取り出します。

② 樽を食器用洗剤で洗い、水気をふき取って、アルコールなどを吹きかけて**除菌**します。



③ 樽の中に新しい袋を敷いて、木べらで味噌混ぜながら古い袋から移し替えていきます。茶色い汁(たまり)も捨てずに一緒に移し替えます。

※この時、色の濃い部分（発酵が進んでいる）と薄い部分をムラなく混ぜるとおいしい味噌になります。



④ 移し終わったら平にならし、発酵ガスの出口のすき間を残す感じで軽く袋をひねります。中フタを敷いて重石を乗せたら、フタをして再び熟成を続けます。

※ 袋を変えずに単に木べらでかき混ぜるだけでも天地返しになりますが、良い発酵を促し、青カビの発生を防ぐには上記の方法がおすすめです。

カビの対処方法

- 【準備するもの】
- ・大きめのスプーン
 - ・霧吹き器
 - ・日本酒または焼酎などのお酒



① 白・黒・緑のカビが生えた部分をスプーンで**味噌ごと2~3mm程度の厚さ**で取り除いてください。

② 霧吹き器にお酒を入れ、味噌の表面と容器に軽く吹きかけて除菌します。あとはみそ全体を混ぜて完了です。

取り除くだけでも対処は十分ですが、お酒で除菌するとさらに安心です。

カビが生えても大丈夫なの？

●白いカビ

産膜酵母という**酵母**です。食べても害は無く問題ありません。味噌がしっかりと熟成を始めている証拠です。

●黒いカビ？

カビではなく味噌が**酸化しただけ**です。空気に触れて酸素と化合してしまった味噌です。食べても害はありませんが、見た目と風味も良くないので、取り除いたほうが良いでしょう。

●緑(青)のカビ

これは**アオカビ**です。健康な人に感染せず、比較的毒性も強くはありません。しかし、このカビが出てきたらすぐに対処しましょう。



ただしすべて捨てる必要はありません。**カビが生えてしまっても上記の対処をすれば味噌は十分に食べられます。**

カビは湿度が高いところを好みます。
そのため、湿度の管理はしっかり行ってください。

手作り熟成みその賞味期限

味噌の食べられる期間は、**仕込んだ日から約2年**です。それ以上経過しますと味噌は黒っぽくなり、アルコール発酵して風味は落ちてしまいます。お好きな熟成度合いになりましたら、お早めにお召し上がりください。

【みそについてのお問い合わせ先】

谷口農場 直売店「まっかなトマト」

0166-38-6336

(日・祝を除く10:00~16:00)

LINE



Instagram



facebook



SNSのメッセージでも
お問い合わせ可能！