

## 材料

味噌噌 4kg

米糀 1.8 kg  
大豆 900 g  
塩 400 g  
煮汁 180cc

麴味噌 2kg

米糀 900 g  
大豆 450 g  
塩 200 g  
煮汁 90cc

※「たまかんセレクト」の「手前味噌セット」なら、材料と仕込桶などがセットで材料の計量が不要!  
(※煮汁はセット外です。)



## 準備物

大きめの鍋、水、タライ (桶や大きめのボウル) 2個、ざる、計量カップ、計量スプーン、はかり、ホワイトリカー (カビ防止)

\*可能であれば噴霧用スプレーで使用してください。塩 (分量外) でも代用可能ですが、ホワイトリカーの方がより効果的です。



# 鳴田味噌・麴醸造元 手作り味噌

味噌屋が教える「ほんまもん」の  
美味しいお味噌作りを「ご自宅」で

※画像は4kgを仕込んでいます。



01



約4時間  
煮よう!

大豆をよく洗い8~12時間水に浸けたのち4~5時間煮込む。初めは強火で1時間(沸騰させない)その後、弱火で煮る。30分毎に水を足しながら煮る。大豆が絶えず5cm程浸かる状態をキープする。指で軽く押さえると潰れるくらい軟らかく煮込む。

02



荒くつぶすとツブツブ感のある味噌に、丁寧につぶすとなめらかな食感の味噌に仕上がります。

大豆をざるにあけ1時間位冷まし、ビニール袋に入れこねるように潰す。  
\*煮汁180ccはとっておく。

分量厳守!

03



しっかり  
混ぜてね

米糀をタライに入れ、よくばらして塩を加えてしっかり混ぜる。

04



03に煮汁180ccを入れムラにならないよう丁寧に混ぜる。\*煮汁の分量厳守!

05



またまた  
混ぜる

04に02を入れムラにならないよう丁寧に混ぜる。底からかき混ぜて麴が付かないくらい混ぜたらOK。

06



ゴロン!

こぶし大の団子にして3~4個ずつ保存容器に入れ空気が入らないように上から強く押さえていく。

07



カビ防止!

ふちをきれいに拭いて、カビ防止にホワイトリカーを表面に2~3回吹き付ける。ホワイトリカーが無い場合は塩15gを目安に表面を覆う。ただし、ホワイトリカーの方がカビが発生しにくいのでオススメ。

08



2~3重

表面が空気にふれないように、ラップで2~3重に覆う。味噌に密着するように押し込む。

09



ラップの上から蓋をしてテープで固定する。冷暗所で熟成させる。  
\*直射日光が当たるところや冷蔵庫などでなければどこでもOK。

10



カビとり

仕込みから5~6ヶ月後、一度蓋を開け表面にカビがあれば取り除く。再びラップ、蓋をして7~8ヶ月で完成!!夏場など温度が高いほど発酵が進みます。  
食べごろはご自身で味見して決めましょう。

完成~!



奈良県数少ない歴史ある味噌店「茜八味噌」

鳴田味噌・麴醸造元