

## ★ お味噌仕込やってみよう ★

合わせ味噌2.5kgを仕込んで、お持ち帰り頂きます♪

「手作りのお味噌って、出汁いらずで味噌汁が飲めるって本当？」

本当です(^^) これぞ、本物の味噌の証し。

自然の流れにまかせ、じっくり発酵させる手作り味噌は、旨味（栄養）がすごくあるんです。

「けど、お味噌仕込んで大変なんじゃ。。」

いえいえ、そんなことはありません。

大豆から、茹でて潰して塩まぶして、

この工程は信頼できるお味噌屋さんにお任せ★

私たち忙しい主婦や年配の方でも、この混ぜるだけセットがあれば、1時間で仕込めちゃいます♪

みんなでワイワイ集まって、楽しく作ってみませんか？

お子様の食育にも繋がります♡

日時：10月6日（土）14時～16時 <申込期限 9月30日>

定員：8組

会費：3,000円（材料費、軽食、ワンドリンク付き）

持ち物：エプロン、お持ち帰り用の袋

場所：Smile village ハルカフェ（2F座敷スペースにて）

阪急水無瀬駅から徒歩5分（水無瀬駅前商店街内）

お申込み：shimamama2016@gmail.com へご連絡くださいませ。

TEL：080-6152-3195

主催：平井直子（島本町在住、お母さん大学生、2児の母）

～ 初めまして～

お味噌仕込を広めたくて、このイベントを立ち上げました。

お味噌は、世界からも注目されているスーパーフードの一つ。

本物のお味噌の味を知ってもらいたい。お子様にも日本の伝統発酵食品に触れて興味をもってもらいたい。

そんな想いで、お味噌仕込普及活動を始めました。

マイペースですが、どうぞよろしくお願ひします♪

