

令和5年度 万年青大学

大人のまなびば

体の中から健康に こうじで作る調味料3種



講師は、芽女倶楽部
藤田 美代子先生
澤田 登美子先生

2月15日(木)開催
参加者15名

みなさんで楽しく作業していきましょうね。

まずは清水森ナンバを使った万能みそから



いいにおいだね～

つぎは三五八漬けの素



ご飯は60℃に冷ましてから使いますよ
熱いとこうじが死んじゃいますからね

熱くない？大丈夫？



そして最後に寒こうじ



ちょっと味見！



実習後には調味料を使った料理や保存方法について聞きました。
寒こうじがおいしく食べられるのは3ヶ月後、楽しみですね！