

農場だより

第5号

平成23年2月25日



ここ数日の晴天で、農場の田んぼの雪もすっかり消えました。
あんなに沢山あった雪がウソのよう。
道端には、「ふきのとう」が顔を出しています。



味噌作り体験教室レポート

今年も冬場のイベントとして、味噌作り体験教室を2月20日(日) JA 柏崎・愛菜館2階の調理室を会場に行いました。当日は、満員の10組、20人以上の方に参加いただきました。

参加者の方は、まったくみそ作りが初めての方から、何回か作ったことのある方など様々。講師の角間先生から、ポイントを丁寧に教えていただき、皆さんお土産に、仕込んだ味噌を2kgずつ持ち帰っていただきました。

これから麹の発酵が進みひと夏超えると、9月頃から美味しくいただけるそうです。味噌は、寝かせる場所で微妙に風味がかわるそうです。(場所によって、存在する菌が違うから。)おいしい味噌ができますように!! みなさん、とっても楽しみにしている様子でした。

味噌の作り方

1. 豆を洗って、6時間~1晩 水に浸す
2. まめを圧力鍋に入れて煮る。
3. 噴き上がったら、弱火にして15分間煮る。
4. 煮えた大豆を潰し、冷ます。
5. 米こうじと塩を混ぜておく(塩を一握り残す)
6. 大豆と塩をまぶした米こうじをよく混ぜる。
7. ボールぐらいの大きさに丸めて入れ物の中に投げ入れる。(空気の入らないようにする。)
8. 上の方に残しておいた一握りの塩をかぶせてふたをする。

材料 大豆 2.5kg
米こうじ 2.5kg
塩 1kg

(大豆と麹の割合を同量としなくとも良い)

出来上がり=約8~9kg

手作り味噌に挑戦してみませんか!

農場では、味噌作りの材料をご用意しています。

例) 大豆(大粒) 2.5kg 875円
こうじ 2.5kg 2,125円 合計 3,000円

上のレシピを参考に、必要量をご注文ください。

またお求めいただいた時に、作り方や仕込み後の保管の仕方などを説明いたします。お気軽にお問い合わせください。 [TEL:0120-24-2557](tel:0120-24-2557)



2月の農場作業メモ

- ・田んぼの排水整備
- ・農地に関する契約手続き・今年の作付け計画
- ・みそ加工施設建築スタート！

農場からのお知らせ

○米山農場では、平成23年の「田んぼのオーナー」を募集します。
詳しい内容は、別紙募集案内をご覧ください。 募集締め切り 平成23年5月31日

○「農場応援隊」を募集します！！

「農場応援隊」とは、農場の作業をお手伝いしてくださる方のことです。
特に登録などはいりません。毎月の作業予定をみて、手伝いに来れそうな日がありましたら、あらかじめ連絡ください。1回の作業は、基本的に午前中の3時間程度です。

1回の応援で、農場の各イベントでお使いいただけるクーポン券（500円分）を進呈します。
気軽な農業体験と考えて、農場へぜひお越しください。

たくさんの参加を、お待ちしております。

また、ご不明な点がございましたら、[TEL:0120-24-2557](tel:0120-24-2557)まで、お問い合わせください。

3月「農場応援隊」お手伝い作業予定

23日	水曜	播種：米の種まき作業	※午前+午後も募集
26日	土曜	育苗：お米の苗箱並べ（ビニールハウス）	※午前のみ

※作業内容は、変更になる場合もあります。申し込み時に確認ください。

米子の気になるレシピ

「甘酒」

もうすぐ、ひなまつり。白酒のかわりに甘酒を飲まれる方も多いようですが、最近は、炊飯器で上手に甘酒が作れるようです。麴をまぜる時の温度に気をつけると、うまみ発酵して甘い甘酒ができます。ぜひ、試してみてください。 材料；麴 500g、米1合

〈炊飯器で作る甘酒の作り方〉 4人分（味の調整に、塩・砂糖）

- 1：米をといってお粥を炊く。（おかゆ用の水加減にして、おかゆコースで）
 - 2：麴をほぐす。（麴を手でばらばらにほぐしておく。）
 - 3：お粥に冷水を加えて少し冷ます。内釜ごと取り出し、お粥をヘラで混ぜ、冷水を2カップ強（450cc）混ぜて温度を下げる。目安は60℃位。
 - 4：おかゆに麴を加え、ヘラで均一になるように混ぜる。
 - 5：炊飯器にセット 表面を平らにならし、炊飯器の蓋は開けたままにして、盆ざるかタオルか布巾をかけて、保温スイッチを入れる。
 - 6：4～5時間保温して発酵させる。1時間半～2時間おきにかき混ぜる。
- これで完成。飲むときは、必要なだけ小鍋にとりわけ、好みの硬さに薄めて温める。



©fumino