

安心して食べられる手作りみそ

減塩みそづくり



安全安心なみそづくりは、北医療生協の冬の定番になりました。自分でつくとおいしく、塩加減も中身も全部わかる安全安心なみそです。来年はと一緒にいかがでしょうか。



● 西川 正子さん (2年目)

昨年作った味噌が本当においしく、家族にも大好評でした。市販の味噌は食べられません。今年は20kg作りました。手作りは防腐剤も入っていません。おいしく安心して食べられるのがいいですね。

● 松垣 栄さん 颯夏ちゃん(3年生)と一緒に参加

作り始めて3年目です。ビニール袋で作っていますが、とてもおいしく出来ます。梅雨時はよくもみます(かび防止の為)。颯夏ちゃんは「来年も来たい」「ミンチ器で挽くのが楽しかった」の言葉に、若い世代に伝えていく事の大切さを感じました。

● 坂下 ^{すすむ}奨さん

昨年は妻が一人で参加。初めて食べる手作り味噌の味はとてもおいしく、今年は2人で15kg作りました。今後もずーっと作り続けます。