

# はなまる & 花萬



## 号外!

奈良 田原本町の老舗  
江戸時代から260年続く茜八味噌を製造する  
嶋田味噌 店主 嶋田稔さん監修による味噌づくり  
はなまる交北で行いました!

まず北海道産の良質の大豆を5時間かけて花萬小川料理長が  
丁寧な湯がきました。



まずその湯で汁に嶋田店主の翹室でつくった良質の翹を入れて  
甘酒をいただきます。



嶋田さんいわく・・・時間をかけて天然醗酵させた味噌には  
酵母菌をはじめ体にいい菌が生きているため、  
ガン、動脈硬化、脳卒中、老化の予防ほか疲労  
回復、美肌作りなど様々な効用があるそうです。



『医者に金を払うより味噌屋さんにお金を払え』



ということわざまであるとか・・・!



まず大豆をつぶします

手間ひまかけて  
作った自家製翹





できるだけ細かくつぶして・・・ 塩を塩を加えて混ぜます！



湯で汁を入れて



さらにこねます。



次は大きい団子にします！



ていねいにラップして



あとは



ねかせま〜す。Zzz



初おひろめは来年1月の雑煮を予定しています！  
お楽しみに！手づくり味噌の雑煮で  
2017年のお正月を祝いましょう！！



大量の味噌作りの後は  
初おひろめ 初雪かき氷！  
ふわふわの氷が  
最高です！

