

# クロダマル味噌を作りました！(仕込み:H29年3月)

## 材料

クロダマル	1. 6 k g
A { 麦麴	4 k g
塩 (ふり塩の分も含む)	1 k g
昆布だし汁 (昆布共)	適量
鷹の爪	2～3本
(圧力鍋の場合は3回分の量)	

アントシアニンたっぷりの「クロダマル味噌」で元気モリモリ！



## <作り方>

- ① クロダマルを洗い、3～4倍の水に18時間漬ける。(冬場水を十分に吸っているか、クロダマルを割って、芯がないかみる。)
- ② 鍋を火にかけ、初め強火、後は弱火でさし水をしながら指でつぶれるくらい軟らかく煮る。
- ③ 厚手のビニール袋に入れ、形がなくなるまで麺棒や手でもつぶす。
- ④ Aの麦麴と塩をよく混ぜ合わせる。



- ⑤ クロダマルを人肌に冷まし、④の塩麴とよく混ぜ合わせる。固い時は、クロダマルの煮汁と昆布だしを入れ、耳たぶくらいの固さにする。



- ⑥ 容器を熱湯消毒して乾かし、厚手のビニール袋を入れ、底に軽くふり塩をする。
- ⑦ ソフトボール大に丸めたみそ玉を容器に投げ入れる。空気を抜くように詰める。みその間にだし昆布を入れる。



- ⑧ 詰まったら和紙、又は上質なクッキングペーパーを置いてその上に軽くふり塩をする。
- ⑨ 鷹の爪2～3本を刻んで入れ、ラップを被せ、ビニール袋をきっちり紐で縛る。落としブタをして2kgくらいの重石をする。フタをして、上から新聞紙などで覆い、縛って、黒のビニール袋で密閉し、涼しい所に置いておく。3～4か月で出来上がります。



※ふり塩や鷹の爪はカビ防止の為