

玄米から 塩こうじを つくろう!



いすみ市で、住と食の自給自足と自然農業(今昔農法)を営んでおられるR工房の佐野さんとワークショップ第2弾! R工房の緑餅米から麴を作り、万能調味料の「塩こうじ」を作ります。今回は日程の都合で、麴の仕込みまでを一緒にを行い、各自家で麴を育てます。当日は完成した麴で、実際に「塩こうじ」を作り、塩こうじ料理(塩こうじおにぎり、夏野菜塩こうじスープ)を皆でいただきます。(※おかずの持ち込み自由)

佐野さんは何でも自分で作ってみる自給自足の達人!

「手づくり」を大切にする佐野さんと楽しくお話しながらのワークショップです。



緑餅米

古代米の一つで籾が黒く葉色は緑が濃いのが特徴です。収穫後の稲藁も緑が濃いので藁細工等にも利用します。R工房では農薬、化学肥料を使わず自家採取の種もみから畑苗、手植え、手除草、手刈り、天日干しで作っています。また、脱穀は足踏み式の脱穀機で行っています。その名のとおり緑色の玄米で粒は小さめの半餅(あまり伸びない)です。三分搗き位で餅にすると甘みがありとても美味しい餅になります。

R工房

木を切り出すところからの家作りと、炭焼き、そして、肥料作りからはじまる今昔農法と銘打った、米、麦、豆、野菜、果実、養鶏等の複合農業を行い、自給自足の生活を実践中です。



R工房

お問合せ・お申込みは、WEBサイトをご利用ください。

いすみスタイル

検索

NPO法人 いすみライフスタイル研究所

〒299-4692 千葉県いすみ市岬町長者549

TEL: 0470-62-6730 FAX: 0470-62-6731

E-MAIL: isumi-style@bz03.plala.or.jp (共通)

ホームページ: <http://www.isumi-style.com/>

当日連絡先: 080-5871-7936

携帯からメルマガ
「isumi-style通信」
登録できます!(無料)



日時 8月28日(火) 10:00~13:30

場所 みさき味工房 (いすみ市岬町岩熊1054)

参加費 2,500円 子供 500円(小学4年生以上)
小学3年生以下 無料
●持ち帰り麴、お土産塩こうじ、軽食付き

募集人数 8名

●スケジュール

10:00 みさき味工房集合

麴作り&塩こうじ作り&軽食作り

12:00 軽食&懇談会

13:30 解散 ※電車の方は13:44長者町駅発千葉行き電車に間に合うよう送迎
※ご希望の方は解散後、R工房見学も可能です。ご予約時にお知らせ下さい。

●集合場所

車の方 みさき味工房(いすみ市岬町岩熊1054)

電車の方 JR外房線長者町駅(9:25着各駅停車利用)

●服装/持ち物

- 1 エプロン/三角巾
- 2 麴を持って帰る容器 (18cmくらいのボウル、ホーロー等の入れ物)
- 3 塩こうじを持って帰る容器 (湯呑くらいの小ビン)
- 4 大きめのタオル (麴を保温するため)