

伝えていきなさい！ 伝統食材を使って

第74回 みそ玉 (即席みそ汁の素)

「味噌」という文字が初めて文献に現れるのは平安時代で、庶民の口には入らない貴重品でした。室町時代になると大豆の生産量が増え、農民たちが自家製味噌を作るようになり、保存食として庶民にも浸透しました。



1090 冷蔵 次回:7月 3回

糴や儀平
儀平みそ極上

300g

原料:遺伝子組換えでない

本体 **400**円
(税込 432円)

大豆、米ともに滋賀県産環境こだわり農産物を使用した、天然醸造の生みそです。

(214kcal・食塩相当10.2g/100g) 賞味期間:6カ月



1089 次回:7月 3回

いとふ

滋賀県産
小麦粉使用
おつゆ麩

30g ★

本体 **198**円
(税込 214円)

滋賀県産の小麦粉と国産の小麦たんぱくを使用した、純国産の麩です。

小麦 賞味期間:1年

あわただしい朝や簡単に済ませたい時の食事には即席おみそ汁が便利です。熱湯を注ぐだけ！おいしいオリジナルの即席みそ汁の素「みそ玉」を手作りしてみませんか。

材料
(6食分)

- 1090** 儀平みそ極上 …………… 大きじ3
- 809** だしの素粉末 …………… 8g
- 265** カットわかめ(乾燥) …………… 6g
- 1089** 滋賀県産小麦粉使用おつゆ麩 …………… 6個

作り方

- みそと粉末だしをよく混ぜ合わせて6等分し、それぞれにわかめと麩を加え、ラップで巾着に包む。口をしっかり縛り、冷蔵庫で保存する。
- 使うときは、ラップを外してお椀に入れ、熱湯130～150mlを注いでよくかき混ぜる。

