

● ● ● ● ●  
vegefirst  
OBENTO

 Seed  
Bloom  
KITCHEN LAB



毎日、飲みたくなる“我が家の手前味噌”にトライ

## 毎年恒例の「味噌仕込みワークショップ」を 2019 年開催！

今年も、味噌仕込みの季節がやって来ました。

スーパーなど店頭に並んだお味噌は、画一的な味ですが、手前みそは、同じ材料でも仕込む方の手によって、味は七色に変わってきます。大豆に麴、シンプルな材料たちが、微生物の力で変化していく味こそが、手前味噌の楽しさ、美味しさです。

味噌のこと、発酵のことを少しだけお勉強して、微生物たちと寄り添う時間と vegefirst（野菜のお弁当・中区丸の内）より提供されるお弁当を食べながら、昨年仕込んだ味噌で作った味噌汁を味わっていただきます。

### 【申し込み】

参加日、仕込み口数、麴の種類を決め、お申し込みください。

味噌の種類は、使用する麴によって異なります、今回は3種の味噌を仕込みます。

- (1)米味噌：失敗が少ない味噌。（約半年寝かせ）食べられます。
- (2)麦味噌ミックス：米と麦の麴を混ぜたあっさり味。（約半年寝かせ）です。
- (3)豆味噌：愛知県ならではの赤味噌。豆に麴菌を合わせたもので（約1年寝かせ）です。

### 【開催日】＊定員各日程 6～8 名

2月24日（日）10：30～14：30

3月8日（金）18：00～21：30

3月9日（土）10：30～14：30

### 【参加費用】

- 現金お振込金額：1口【4,800円】  
ペイパル振込金額：1口【5,000円】
- 追加の味噌代  
現金お振込：1口（3kg）【2,800円】  
ペイパル振込：1口（3kg）【2,900円】



お一人様、1口3Kgの味噌（仕上がり）を仕込んで頂きます。

目安：3人家族の味噌の年間消費量は平均13kgです

【問合せ】 vegefirst 052-232-1837 [vegefirst.obento@gmail.com](mailto:vegefirst.obento@gmail.com)