

便り



「味噌・醤油」と「エコ」の関係

近頃、ふつと立ちどまって考えこんでいることが多くなりまして。若い時はあまり過去と振り返ることも少なく前へ々とバグッ



地球の自然環境について

特にエネルギーが重要視されており、また、何んと妙に納得してしまふ言葉でしよう。

味噌・醤油が日本に伝えられて千数百年の歴史の中、先人の知恵と一とすつと昔ながら



恵と何んとか生かさねないものゝと、産産日本大学の研究されて、日本の底力を発掘

フグとしめ鯖のめた

(おすけり風味)

材料(2〜3人分)

・フグ... 300g

・しめ鯖... 半身

・味噌だれ... 大さじ2

(煮後みそ函敷)

・かまゆり... 小さじ1

(塩析唐辛子)

・酢... 小さじ2

調味液

作り方

一 鯖は三枚におろし、小骨を抜き、強めの塩で二時間しめる。その後洗ひ、落とし酢で40〜60分しめる。(多量の場合は市販のしめ鯖を使う)

二 鯖は中骨をとり、薄皮をむき、2センチ位に切る

三、フグは皮をむいて長さを3センチの短冊切りにし、酢水につける。

四 酢水を切り、調味液を混ぜしめ鯖と一緒に和える。

和える。

(見た目が「沼田」のようにどろどろした様子になるので「沼田」と言われているそうです。)

えとせとら ~ みそ屋かみんのひとり言 ~

先日ではじめて味噌づくりに挑戦しました。おなじみは、味噌屋であるかみんは、すぐ近くにいつもおいしい味噌があったもので、なまながつくる機会がなかったのだと、ついでにみる、いもう味噌が、いかになりました!

西本町店

〒945-0066 柏崎市西本町1丁目3番21号

TEL/FAX 0257-21-0039