

# 親子で味噌作り

平成28年2月6日(土)～  
2月7日(日)



愛川ふれあいの村

## 2月6日(土) 1日目

暖かい日差しが差し込み、春を思わせるような陽気の中、主催事業『親子で味噌づくり』を開催しました。14家族 36名の方にご参加いただきました。到着した家族から前年度作った米味噌と麦味噌、1年物と2年物の味噌の計4種類を味見し、「1年物の米味噌が好きだなあ」「いい香りがする」など、味噌の味と香りを楽しむ声が聞こえました。その後『はじまりのつどい』と『であいのゲーム』で頭と体をほぐし、午後に備えランチタイム。



午後からは『大豆を知ろう』ということで絵や写真を見ながら大豆についてのクイズ大会。「大豆は豆腐よりも油に使われているんだ～」「きなこって大豆なの?!」など、大人でも意外と知らなかったことがあったようで、ところどころから感嘆の音が聞こえていました。大豆について詳しくなった後は、おやつを作ります。メニューは【おから豆乳蒸しパン】。蒸しパンの生地をみんなで順番に混ぜて型に入れたら、一旦、翌日の味噌づくりに向けて使う道具や大豆を洗う作業に取り掛かります。



大豆を洗う係、大きい鍋やタライなどを洗う係、大豆を煮る時に使う薪を運ぶ係などやることはたくさん！水が冷たくても弱音を吐かず、テキパキと準備を進めていました。みんなで分担して協力していたこともあって、あっという間に準備が終了！味噌の仕込みのイメージをみんなで共有したら、せいろで蒸かしておいた蒸しパンを試食。「おいし～い！」「あまいね」など、一働きした後のおやつは格別のような感じでした。おやつを食べている間に、味噌作りや和食に欠かせない【麹菌(こうじきん)】について理解を深めます。こうじだけでなく、昆布やかたお節にもこうじ菌がいるということに大人は驚いていました。おやつを食べたら、米こうじと炊飯器で炊いたモチ米を混ぜ、後は保温機能で発酵させ、『甘酒』も作ります。明日の完成が楽しみです。



夕食・入浴、ナイトアクティビティの後は明日に備え就寝です。5時からの火入れに何人が集まるのでしょうか。

## 2月7日(日) 2日目

朝5時に起きると雪が2cmほど積もっていました。暗く寒い中でも約15名の方が集まり、大豆を大鍋に移して薪に火を付けます。火が安定した後は、昨日仕込んだ甘酒の試飲です。「本当にモチ米と米こうじだけですか」「屋台で飲む甘酒は酸っぱくて、こんなに甘い甘酒は初めてです！」といった感想や、「レシピを写真に撮ったので、家で作ってみます」というお母さんもいました。その後は5時間ほどじっくりと煮ます。



大豆を煮ている間に『ざる豆腐作り』にチャレンジ！大豆を水と一緒にミキサーで細かくし、【生呉(なまご)】を作ります。こし布に入れたら子どもたちが順番に協力して絞り、最後の仕上げで大人が力いっぱい絞りました。その後、生呉を火にかけ、豆乳にしたらニガリを打ち、豆腐が固まる時間を使って、味噌を仕込みます。



味噌を仕込む前に、5時から煮ている大鍋の大豆をみんなで試食。「あま〜い！」「こんなに大豆って甘いんだ〜」と、津久井大豆の味を堪能します。「もう1個〜♪」と言いながら、50個近く食べている子もいて、大豆の美味しさをしっかりと味わっていました。味噌を仕込む前に、仕込みの流れをもう一度確認してから始めます。煮上がった大豆をバケツリレーで運び、班ごとミンチ機にかけ、味噌作りスタートです！



ミンチ機に大豆を入れてハンドルをクルクル回し、ミンチされた大豆がモンブランのように出てきます。タライやミンチ機を押さえる人、大豆を運ぶ人などに分かれ、交代しながら約77kgの大豆がミンチになりました。「大豆が詰まって出てこない?!」などちょっとしたハプニングもありましたが、「スプーンで押し出してね」「そ〜っと大豆を入れてあげると出てくるよ」などと班で声をかけ合い、協力しながらミンチにしていました。



大豆が全てつぶれたら、塩とこうじを入れ、手袋をしてまんべんなく混ぜます。その後、大豆の煮汁を入れ、全体に浸透するようにもう一度しっかりと混ぜたら、味噌の仕込みは終了となり、お昼休憩です。

お昼ご飯は、手作りした「ざる豆腐」と昨年の味噌を使った「お味噌汁」です。具がたくさん入ったお味噌汁は野菜のうま味がたっぷり出ていて、とても人気がありました。

午後は仕込んだ味噌をタッパーに詰め、表面に塩の蓋をすれば仕込み完了。夏を超えるまで暗く涼しい所に置き、発酵・熟成させて美味しくなるのを待ちます。



親子と一緒に食事作りをすると、手間はかかりますが、食事の時間の会話が弾み、楽しく美味しい時間となります。ぜひ、時間がある時には親子で食事作りをしてみてください。(文責：大瀧)