

みそ作りの季節到来！ 今年の冬は、みそを手作りしませんか？

- TOPICS ① 1 回完結の教室〈手作りみそを仕込む会〉を2月に開催
② 「はじめての手作りみそキット」で気軽に挑戦
③ 「みそ作り材料セット」で本格的にみそ仕込み
④ みその仕込み方を動画でも紹介

※ホームページでもご案内
しています。

[https://www.](https://www.betterhome.jp/info/3047)

[betterhome.jp/info/3047](https://www.betterhome.jp/info/3047)



「わが家のみそ」を手作りしてみませんか？みそを手作りするというと、大変そうなイメージを持つ人が多いかもしれませんが、実はかんたん。大豆をつぶし、こうじと塩を混ぜたら、あとは時々混ぜながら4～6ヵ月寝かせればできあがります。「寒仕込み」という言葉があるように、冬は気温が低く、発酵がゆっくり進むので、みそ作りによい季節。家庭でみそを作るよい点は、まず、そのおいしさ。芳醇な香りとうま味は、自分で作ったとは思えないほど。さらに、プロセスも楽しみのひとつで、日を追って発酵していく様子に、愛着が湧いてきます。また、食べものを手作りすることは食に対する知識を深めます。



ベターホーム協会では30年以上前から講習会〈手作りみそを仕込む会〉を行い、家庭に普及してきました。今年も2月に開催します。また、自宅でみそを仕込みたいという人向けに、少量で気軽に始められる「はじめてのみそ作りキット」、本格派の「みそ作り材料セット」も販売しています。

「みそ作り材料セット」を使った仕込み方はベターホームのYouTubeチャンネルで動画を紹介しています。ぜひ、読者の皆さまにご紹介ください。

※画像をデータでご用意しています。メールでお送りしますのでご連絡ください。

① 1 回完結の教室〈手作りみそを仕込む会〉を2月に開催

●**実習内容**：大豆の水煮、乾燥米こうじ、粗塩を使ってみそを仕込み、1人2kgをお持ち帰りいただけます。

家で熟成させる際の手入れの仕方も説明します。

- 定員**：32名（スタジオは6～8名）
- 講師**：ベターホームのお料理教室の先生
- 会費**：6,600円（税抜6,000円）※テキスト代別途350円（税込）
- 持ち物**：エプロン、三角巾（バンダナなどでも）、手をふくハンドタオル、筆記用具、テキスト代（『かんたん手作りみそテキスト』をお持ちの方はご持参ください）、手さげ袋 *スタジオでご受講の方はスリッパをご持参ください
- 日程**：午前/10:00～12:00、午後/14:00～16:00

銀座教室	2/12（月・振休）午前	池袋教室	2/23（金・祝）午前
横浜教室	2/12（月・振休）午前	二子玉川スタジオ*	2/23（金・祝）午後
玉川学園前スタジオ*	2/27（火）午後	西千葉スタジオ*	2/27（火）午後
北浦和スタジオ*	2/23（金・祝）午後	梅田教室	2/25（日）午後
名古屋スタジオ*	2/28（水）午後	札幌スタジオ*	2/23（金・祝）午前
仙台スタジオ*	2/4（日）午後		

●**会場**：ベターホームのお料理教室

銀座教室 中央区銀座4-10-3 セントラルビル3、4、5階 【都営浅草線東銀座駅より徒歩1分】

池袋教室 豊島区南池袋1-19-5 Gビル南池袋01（ゼロイチ）6階 【池袋駅東口より徒歩3分】

横浜教室 横浜市神奈川区鶴屋町 2-24-1 谷川ビル 9 階 【横浜駅きた西口より徒歩 3 分】

梅田教室 大阪市北区芝田 2-8-1【JR 大阪駅 阪神・地下鉄梅田駅より徒歩 8 分】

札幌スタジオ 札幌市中央区大通西 18-1-36 インフィニート大通 6 階 【地下鉄東西線西 18 丁目駅より徒歩 1 分】

仙台スタジオ 仙台市青葉区春日町 3-8 春日町ファインビル 802

【仙台市営地下鉄南北線勾当台公園駅より徒歩 12 分、バス停市民会館前より徒歩 1 分】

二子玉川スタジオ 世田谷区玉川 3-4-3 GranDuo 二子玉川 101 号室 【二子玉川駅西口徒歩 4 分】

玉川学園前スタジオ 町田市玉川学園 7-4-7 三睦（さんぼく）ビル 2-B 【小田急線玉川学園前駅徒歩 1 分】

西千葉スタジオ 千葉市中央区春日 2-1-9 テラス椿 1B 号室 【JR 西千葉駅南口より徒歩 4 分】

北浦和スタジオ さいたま市浦和区常盤 9-31-6 ATビル 5 階 【JR 北浦和駅西口より徒歩 3 分】

名古屋スタジオ 名古屋市中区丸の内 2-13-16 丸の内スクエア 10 階 【地下鉄桜通線丸の内駅より徒歩 4 分】

● **申込み**：電話、またはホームページから受付。会場の地図とご案内を送付します。

ベターホーム協会 03-3407-0471

【電話受付 月～金 9:30～17:30 土・日:9:30～17:00 祝日:9:30～14:00】

<https://www.betterhome.jp/school/oneday/all/389>



② 「はじめての手作りみそキット」で気軽に挑戦

【はじめての手作りみそキット】 価格：1,058 円(税抜 980 円)※送料別



みそ作りに挑戦したくても道具の準備が必要だったり、食べきれない量ができてしまったりと、ためらっている人もいます。そこで、身近な道具を使って、少量のみそを仕込めるキットをご用意しました。材料はすべて、仕込み用の袋にセット。一般的な調理器具と食品用アルコールがあれば仕込めます。できあがり量約 800 g と、少人数の家庭でもおいしいうちに食べられるサイズです。



● **セット内容**:乾燥大豆 200 g、米こうじ 200 g、天日塩 90 g、
レシピリーフレット（写真入り）、仕込み用スタンド袋（商品の外袋を使用）

※掲載をご検討いただける場合は商品サンプルをお送りできますので、お申しつけください。

③ 「みそ作り材料セット」で本格的にみそ仕込み

【みそ作り道具スターターキット】 価格：4,832 円(税抜 4,393 円)※送料別



本格的に 4kg のみそ作りにチャレンジできるセットです。「はじめての手作りみそキット」でみそ作りに興味を持った方は、こちらでステップアップ。写真入りでわかりやすい『かんたん手作りみそテキスト』もついているので、安心して仕込めます。

●セット内容:『かんたん手作りみそテキスト』、ポリ樽×各 1、ポリ重石×2

【みそ作り材料セット】 価格：4,350 円(税抜 4,028 円) ※送料別



約 4kg のみそが作れる材料のセットです。大豆は水煮になっているので、温めるだけで使えます。

●セット内容:みそ作り用大豆缶詰 2.3kg、米こうじ 1kg、天塩 500g、みそ仕込みシール×各 1

●商品の申込み：ベターホームのネットショップで販売しています。

ベターホーム協会 03-3407-0471

[電話受付 月~金 9:30~17:30 土・日:9:30~17:00 祝日:9:30~14:00]

<https://net-shop.betterhome.jp/ec/>



④ みその仕込み方を動画でも紹介

「みそ作りセット」を使って、失敗なく仕込むコツをご紹介します。

<https://youtu.be/OYkAOe3Hk4A>

(ベターホームの YouTube チャンネルにつながります)



【一般財団法人ベターホーム協会】

1963 年創立以来、料理教室や出版を通して、食分野での消費者教育を行っています。

料理と栄養の知識、食材の買い方や保存のしかた、環境のことなど、食と暮らしについて教え続け、2023 年に 60 周年を迎えました。

<https://www.betterhome.jp>



【本件に関するお問合せ先】

一般財団法人ベターホーム協会 企画広報部

〒150-8363 東京都渋谷区渋谷 2-20-12 渋谷日永ビル

Tel : 03-3407-8712 (直通) Fax : 03-3407-0479

Mail : kouhou@betterhome.jp