

# 醤油糀の作り方

1 : 2

- 1) 糀をもみほぐしてばらばらにしておく。
- 2) 醤油を鍋に入れ火にかけ、60～70℃まで温めて火を止める。  
①を加えて、スプーンで空気を入れるように混ぜる。
- 3) 密閉容器に移して、常温で1晩おく。  
翌日には、まろやかで旨味のある醤油糀の出来上がり。  
冷蔵庫に入れて、3ヶ月を目安にお召し上がりください。

★米糀(冷凍)	300g
醤油	600ml
★米糀(乾燥)	200g
湯(60～70度)	50ml
醤油	500ml

## 【乾燥米糀で作る場合】

※1)にて、乾燥米糀に約60～70℃お湯50mlを注いだ後、上記の手順通りお作りください。

## 【カモシ・ヨーグルティアSで作る場合】

※2)までの手順は同様です。

- 3) 温度：55℃・時間：4時間でセットする。4時間後、出来上がり。  
さらにミキサーやハンドブレンダーを使って、液状にすると使いやすい。

## 醤油糀はどんな料理に使えるの？

糀・麴は、三大消化酵素を持っていて、デンプンをブドウ糖に、タンパク質をアミノ酸に、脂肪を脂肪酸とグリセリンに分解します。

野菜はもちろん肉や魚に漬けるだけで、素材そのものの旨みを引き出し、お料理を一段と美味しく仕上げます。

## 醤油糀の方程式は、塩糀と同じでOK！

「 **素材×10%の醤油糀 = 最大限に生きる素材の味** 」

(材料の10%の重さの醤油糀を材料に漬けるのが基本)

例えば、100gのお肉なら醤油糀は10g

揉み込んで焼いたり、炒めるときに加えればいいだけ。失敗いらず。

野菜、肉、魚、素材の旨味を引き出し、美味しさもグンとアップします。

**鶏もも肉に揉み込んで焼くと鶏の照焼き、揚げると竜田揚げ♡**

**お刺身に和えて漬けにしても美味しい♡**

糀をつくり続けて三百余年 変わらずに進化する伝統

## 糀屋利本店

〒876-0832 大分県佐伯市船頭町 14-29