

「育む」のレシピ 手塩こうじ



材料

こうじ 300g

塩 100g

水 300ml (お湯からは320ml)

保存容器 (アルコールまたは、煮沸消毒しておく)

- ① 320mlの水を沸騰させ、火を止めて40度ぐらいまで冷めるのを待つ
(60度でこうじ菌が死滅してしまいます)
- ② こうじをボウルに入れ、そこに①のお湯を注ぎ好みの大きさに粒を潰す
- ③ 1週間、毎日1回かき混ぜて完成!