



I・V・Aレポート

認定No.

ニックネーム:

311

ママ

タイトル:

手作り藁納豆



茨城県のサービスエリアで良く見かける大きな藁納豆、
それを手作りする機会がありました。
大豆と市販の納豆を混ぜて藁に入れたら、
こたつなどで24時間発酵させます。
大豆に白い膜が張れば発酵完了。

あとは冷蔵庫に一日入れて
納豆菌酵素の働きでダイズタンパクからのアミノ酸で風味が増します。

藁もなかなか手に入らない時代で
この体験はとても貴重なものでした。