

もう今までのレシピには戻れない
“特別仕込み”の塩糰・甘糰・醤油糰教室

同じ材料なのに、なぜ、こんなにも味が変わるのか。

「塩糰が少し辛い」
「これで合っているのかな…？」
そんな違和感を感じている方へ。



この講座では、一般的なレシピとは異なる、独自の「特別仕込み」をお伝えしています。

仕上がった糰は、

- ・角がなく、驚くほどまろやか
- ・素材の旨みを自然に引き出す
- ・毎日の料理が、確実に変わる味わい

試食のたびに
「同じ塩糰とは思えない」
「もう前の作り方には戻れない」
そんな声が続出する理由を、発酵の理論と実践を通して丁寧にお伝えします。



仕込みのあとは、糰をふんだんに使った発酵プレートランチをご用意。

◆ 発酵ランチメニュー例

- ・鶏肉の自家製フルーツ発酵ビネガーのねぎソース
- ・さばの塩糰焼き
- ・紫カリフラワーとキャロットラペの発酵クリーム添え
- ・小松菜と里いもの醤油糰ソース
- ・紅芯大根の塩糰かけ
- ・自然栽培の玄米ご飯
- ・自家製白みそのお味噌汁
- ・コーヒーゼリーのみりんシロップ添え



同日開催 | ご希望の方は「格別の美味しさの白味噌の仕込み」も

午後からは、
「一度食べたら忘れられない白味噌づくり」も体験できます。
厳選した国産大豆と天然塩、そしてたっぷりの麴を使った無添加の白味噌は、



仕込みから約 40 日で食べ頃に。

- ・ 出汁いらすの深い旨み
- ・ やさしい甘み
- ・ 驚くほどまろやか

さらにこの白味噌は、

仕込む人の手と暮らしの中で「その家だけの味」へと育っていく特別な存在です。

「また仕込みたい」

そう思える味噌づくりの時間を、ぜひ一緒に。



開催概要

日 時

令和 8 年 2 月 11 日（水・祝）

・ 10:00～15:00：塩糀・甘糀・醤油糀教室

・ 13:00～15:00：白味噌仕込み：※各回 定員 8 名

場 所

三宮「oryza」

神戸市中央区御幸通 4 丁目 2-24 Belltree702

参加費

・ 塩糀・甘糀・醤油糀教室

12,000 円（発酵プレートランチ付き）

・ 白味噌仕込み（希望者のみ）

5kg：9,500 円

2.5kg：7,500 円

□ 持ち物

塩糀・甘糀・醤油糀

- ・ エプロン
- ・ 保冷バッグ（塩糀、甘糀、醤油糀のお持ち帰り付き）
- ・ 保冷剤

白味噌仕込み

- ・ エプロン
- ・ 食品用アルコールスプレー
- ・ キッチンペーパー
- ・ 味噌容器

（5kg：7ℓ / 2.5kg：4ℓ 以上の蓋付き丸型容器）



発酵の基準が変わる一日。

「本当に美味しい」を、ぜひ体感してください。