

ZOOM 料理教室

グルテンフリー
遺伝子組み換えなし
有機
VEGAN

手作り有機玄米味噌

良質な米麹、ヨーロッパの有機大豆、自然海塩だけで作る、安心・安全な味噌を作ってみませんか？材料がシンプルだからこそ素材にこだわります。

今年は芳醇な香りで健康的な有機玄米麹で自家製味噌を作ります

麹 Kōji



塩麹



しょうゆ麹



万能調味料



麹アレレンジ



トマト麹



甘酒

2021年

11月21日(日)
15時~17時

参加費 (冷蔵配送料 8.9 EUR 込み) (ドイツ国内のみ配送可能) 限定 20 名様

一般参加者様 45 EUR

わごころ会員 30 EUR

含まれるもの Zoom 料理教室と下記の材料

- ・特注 有機玄米麹 400g (味噌用)
- ・ドイツ産有機大豆 200g
- ・自然海塩 (ヨーロッパ産) 120g

- ・米麹 500g (麹アレレンジ用)
- ・醤油 500ml
- ・Mimiferments 有機味噌 200g
- ・北海道産 高級昆布 (お試し用)

来年の秋頃 (10ヶ月後)
手作り味噌 1kg 完成予定



mimi ferments より
生麹を直接発送。
(賞味期間 2 週間、要冷蔵)

麹の効能

免疫力アップ

様々な病気の
予防効果

整腸作用

美容効果

ダイエット

有機大豆 + 米麹 + 自然塩 → 発酵 → 味噌



味噌は医者知らず

コレステロール
抑制

ガン予防

糖尿病予防

アンチエイジング

栄養満点の
スーパーフード

お申込み：
10月31日(日)まで

ホームページ
www.wagokoro.de または
メール info-jp@wagokoro.de
10月末までにご入金ください。材料発送後のキャンセルはできかねます。

お届け (ドイツ国内のみ配達可能)
事前に材料をお届けします。



ZOOM 料理教室

大豆を茹で上げた状態から一緒に味噌を作ります。



参加できない方のために、ビデオとレシピをご用意しておきます。その場合は、各自でお料理ください。



日本文化公益法人 わごころ e.V.

VR 11738, Amtsgericht Düsseldorf

銀行口座： DE87 4401 0046 0449 2974 65

E-mail: info-jp@wagokoro.de

Web: wagokoro.de

口座名： Wagokoro e.V.