

お味噌ができるまで



① 大豆を浸漬・蒸す



② 米麴の醗酵熟成
(温度管理が大事)



③ 蒸し大豆をつぶす



④ 米麴をつぶした大豆に混ぜ合わせる



⑤ 塩を加えてさらに混ぜる
(塩は最小限、煮汁は使わない)



⑥ 保存し熟成
(10日毎に天地返し)

こだわりが詰まった
お味噌なんだね♡

お申込み等、お問合せはこちらまで
帝塚山大学 現代生活学部 食物栄養学科
藤原ゼミ (代表; 藤原 永年)
〒631-8585
奈良市学園南町3-1-3 16号館802号室
TEL; 0742-41-4372 (090-3356-2433)
FAX; 0742-41-4372
E-mail; fujiwaraeenenzemi@gmail.com



Facebook・Twitter

味噌を使った料理のレシピやゼミ活動を配信中です。
ぜひ、遊びに来てください(^^)!

Twitter @fujiwarazemi219
Facebook @fujiwarazemi219

甚五郎×帝塚山大学

おいしい味噌 食べてミソ

非加熱



薄皮大豆

無添加

藤原ゼミでは、ゼミ研究の一環として、味にこだわった美味しいお味噌を仕込みました。成分分析、旨み、栄養価について検討しています。今年も自信作ですので、是非、皆様に食べて頂きたいです。数量限定で販売させて頂き、収益金は奈良市福祉協議会・善意銀行に寄付します。

おいしい味噌、食べてミソ！の**3つの特徴**

非加熱

熟成後、加熱をして麹菌を殺菌していないため、**生きた麹菌と酵素が大豆の栄養と旨味を継続的に引き立てます。**

無添加

最初から最後まで手作りにこだわり、**添加物等を一切加えていません。**大豆と米麹そのものの風味を最大限活かしたお味噌に仕上がっています。

薄皮大豆

大粒で艶と光沢、甘味の強い**北海道産最高級品種「鶴娘」**を厳選しました。食物繊維やカルシウム、カリウム、たんぱく質を豊富に含んだ大豆の薄皮も含まれ、**栄養満点**です。



今年は**“若”**と**“熟”**、熟成期間の違う

2種類のお味噌をご用意しました！！

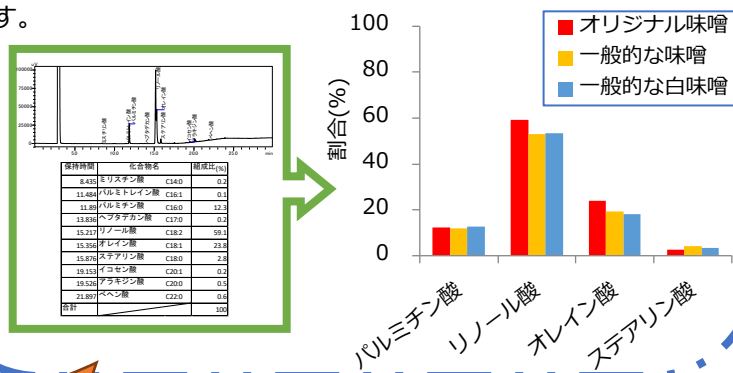
“若”は熟成期間が短いため、**はっきりとした味わい**です。
“熟”は熟成期間が長いため、**角のないまろやかな味わい**です。

おいしい味噌、食べてミソ！ **大分析**

その1

リノール酸の含有率が高い!!

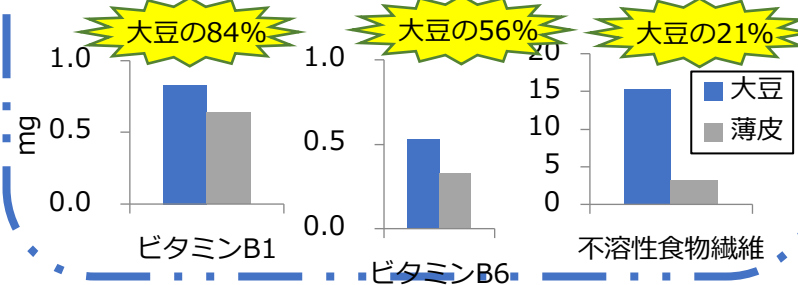
「おいしい味噌、食べてミソ！」には、必須脂肪酸の一種**リノール酸の含有率が一般的な味噌に比べ高くなっています。**リノール酸は、**動脈硬化や血栓を防ぎ、血圧を下げるほか、LDL-コレステロール（悪玉コレステロール）を減らす**等、様々な活性があります。



その2

ビタミン&ミネラルが豊富!!

「おいしい味噌、食べてミソ！」に用いた大豆には、**薄皮がはがれ難い性質**があります。4時間じっくり蒸気で蒸すため、**他の味噌では少ないビタミンやミネラルを摂取**できます。特に、肌トラブル改善に役立つ**ビタミンB群**や**食物繊維**が豊富です。



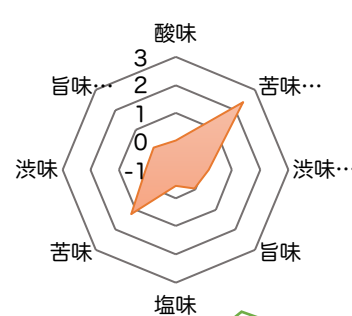
その3

甘み、酸味、アミノ酸、味覚センサー!!

糖・有機酸

分析項目	分析結果
糖類	29.1 g/100g
果糖	0.7 g/100g
ブドウ糖	24.6 g/100g
ショ糖	不検出
麦芽糖	不検出
ガラクトース	3.8 g/100g
クエン酸	0.25 g/100g
リンゴ酸	0.01 g/100g
酢酸	0.01 g/100g
乳酸	不検出
酪酸	不検出
プロピオン酸	不検出

味分析



苦味由来の**コク**が強く、**大変濃厚な味**となっています。苦味雑味は**すっきりと消える先味**です！

米麹由来の**甘み十分！**
そこに**酸味がプラス！**

遊離アミノ酸 (20種)

アスパラギン酸 (Asp)	240 (mg/100g)
スレオニン (Thr)	100 (mg/100g)
セリン (Ser)	150 (mg/100g)
アスパラギン (Asn)	1 (mg/100g)
グルタミン酸 (Glu)	380 (mg/100g)
グルタミン (Gln)	180 (mg/100g)
プロリン (Pro)	130 (mg/100g)
グリシン (Gly)	88 (mg/100g)
アラニン (Ala)	130 (mg/100g)
バリン (Val)	130 (mg/100g)
システチン (Cys)	12 (mg/100g)
メチオニン (Met)	43 (mg/100g)
イソロイシン (Ile)	120 (mg/100g)
ロイシン (Leu)	200 (mg/100g)
チロシン (Tyr)	130 (mg/100g)
フェニルアラニン (Phe)	130 (mg/100g)
ヒスチジン (His)	61 (mg/100g)
リジン (Lys)	200 (mg/100g)
トリプトファン (Trp)	33 (mg/100g)
アルギニン (Arg)	260 (mg/100g)

大豆由来の**遊離アミノ酸**、**うま味成分グルタミン酸**もしっかりと遊離しています！