



甘酒を使ったキムチづくり

令和7.2.15

講師 宮崎裕美さん

甘酒・キムチという最高の発酵食品。体に良いものを美味しくいただける最高のごちそうができあがりました。



漬けたその日から食べられますが、甘酒が発酵を促してくれるので、日々味が変わります。
一週間くらいで食べ切るか冷凍保存してください。



白菜をよーく洗ってから切ります



白菜に塩を加え、しっかりまぜます



白菜の水をしっかり切って、長ネギ、ニラ、甘酒、しお麴、さきいか、唐辛子、味噌、にんにくを入れてよ〜く混ぜたら



塩麴ごはん



講師宮崎さんが用意してくださった、漬けて2日目と今日漬けたばかりのキムチを、食べ比べました。
どちらも大変美味しく、大好評☺
宮崎さん特製の塩麴ごはんとの相性も抜群でした！