

泉ヶ岳ふもと すずめ農園 presents

# 米農家に学ぶ手前味噌教室

2020年以来お久しぶりの森カフェ。再始動の今回は、こだわりの材料でシンプルに仕込む、味噌教室のご案内です。

講師は泉ヶ岳ふもと すずめ農園の前川美穂さん。おばあ様から味噌づくりを習い、微生物を専門に学んできた美穂さんが、失敗の少ない味噌作りの手順やコツをしっかりと伝えてくださいます。みんなで協力しながら、愉しく豊かな時間を共有しましょう！



今回教えてくださるのは、カビが生えにくく簡単おすすめのジップロック仕込み。ホーロー容器や樽に仕込みたい場合は各自持参してください。持ち帰った味噌は、自宅でじっくり1年寝かせてお召し上がりください。

<原材料>

・地元産ミヤギシロメ大豆 ・すずめ農園手づくり生麹 ・天然塩

講師

すずめ農園主宰  
鍼灸師

前川 美穂



3.11をきっかけに、自然栽培と食養生をテーマにした「すずめ農園」をはじめ。田んぼの稲作体験や味噌教室、麹ワークショップ等を通じ、環境教育、食育、食養生と暮らしの豊かさを伝えている。

日時 2024年 4月29日 月・祝

13:00～(12:40受付開始)

場所 サスティナライフ森の家 森の樹の家(本社隣り)  
仙台市泉区福岡字西森下39-13 P 駐車場あり

定員 先着9組 1組2名様までの参加とさせていただきます。  
託児はありません。ご了承ください。

参加費 3,600円 体験・レシピ・仕込み味噌2キ口お持ち帰り  
当日会場で、現金にてお支払いください

持ち物 エプロン、三角巾または帽子、マスク、筆記用具

お申込 ホームページのお問合せフォームまたはメール、お電話にて  
下記項目をご連絡ください。弊社から折り返しのご連絡を以て、  
受付完了となります。(先着9組)

お問合せフォームは  
こちら



- ・お名前
- ・同行者の有無(大人 or 子ども)
- ・ご住所 ・電話番号 ・e-mail

サスティナライフ森の家

TEL: 0120-317-618 (フリーダイヤル)

E-mail: info@sustainalife.co.jp

森カフェって? ☕☕



住まいや食の安全、エネルギーなど、幅広い内容をテーマにした、森から暮らしを考える講座です。堅苦しいセミナー形式ではなく、文字どおりカフェで過ごす、ゆったりとした寛ぎの雰囲気で開催。ぜひお気軽にご参加ください。



減農薬・減肥料の環境保全米を使用した手作り生麹を使用します