

ボトルに
麴と糖化菌を入れたあと
お湯60℃程度
も入れる。



フリフリ
TIME!

フリフリ後、
1時間寝かせる。

食塩を投入する。



フリフリ
TIME!

20回ぐらいフリフリする。

10日間程度
室温で寝かせる。



一日に一回
フリフリ
TIME!
運動と発酵促進に

フリフリボトルで 塩麴作り

混ぜる時代から振る時代へ

好みや料理に合わせて
塩麴を作る。

いろんな麴をちよつとずつ、
フリフリボトルで
発酵を楽しむ・・・



フリフリボトルの使い方をまんがで解説♪詳しくはこちらから >>