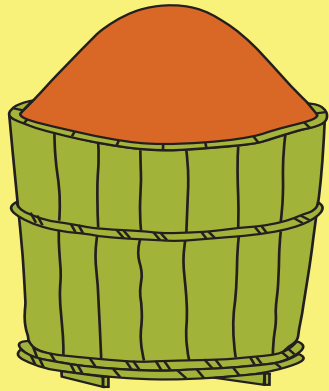


# LA FABRICATION DU MISO D'ORGE

## MODE D'EMPLOI

- Pour 500gr de koji d'orge · Pour 1.7kg de miso -



OFFERT PAR :  
YOROMISO

11390 CAUDEBRONDE - FRANCE -

WWW.YOROMISO.FR

Pour faire du miso, on peut utiliser des graines de soja, mais aussi des graines de pois chiches ou d'azuki.

- Laver 400gr de graines et les tremper dans 3 x leur volume d'eau pendant 12h.
- Cuire le soja à l'autocuiseur pendant 1h ou à la casserole pendant 3 à 4h. Cuire d'autres graines selon leur mode de cuisson. Les graines sont cuites lorsqu'elles s'écrasent entre les doigts.
- On peut aussi utiliser 880gr de pois chiche, d'Asuki ou autre en conserve.
- Dans un saladier, mélanger le Koji d'orge avec 250ml d'eau minérale à 55-60°C et attendre 1H. Ajouter 170gr de sel en malaxant bien les ingrédients, puis ajouter les graines de soja ou autres.
- Broyer le mélange avec un presse-purée, un hachoir manuel ou électrique afin d'obtenir une purée.
- Former des boules de la taille d'une balle de tennis.
- Préparer un seau alimentaire type « olive » ou un pot en grès, placer un sac alimentaire (facultatif) et mettre une couche de boules au fond, les écraser pour ne pas laisser d'air. Faire un autre étage et tasser, recommencer jusqu'à la fin des boules.
- Bien aplatir le haut de votre pâte, répartir deux ou trois pincées de sel dessus. Mettre une feuille de cellophane et une plaque sur le miso, puis déposer un poids de 1kg sur la plaque. Stocker dans une pièce entre 15°C et 20°C.
- Lorsque la fermentation de votre miso est terminée (6 mois), enlever les éventuelles moisissures sur le dessus et conserver au frais pendant 2 ans.

Pour faire du miso, on peut utiliser différentes graines :

- SOJA - - ASUKI -



- POIS CHICHE -

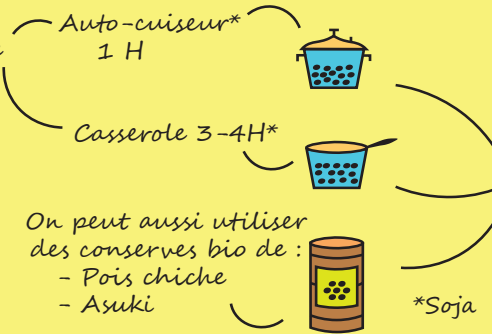


1.1. Laver les graines

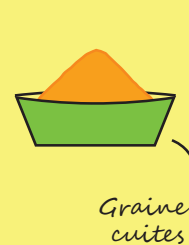
1.2. Tremper les graines 12H\*



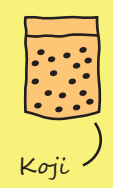
1.3. Cuire



2.1. Mélanger le koji et l'eau (attendre 1H)



Graines cuites



Koji



Eau minérale 55-60°C



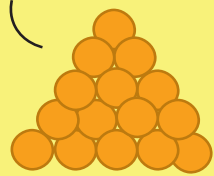
Sel

2.2. Ajouter le sel

2.3. Puis les graines cuites

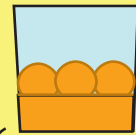


Misodama



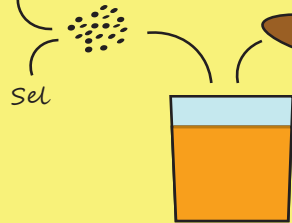
3.2. Faire des boules de la taille d'une balle de tennis

3.3. Mettre les boules dans le seau et tasser pour évacuer l'air



Seau alimentaire ou pot en grès

3.4. Mettre une pincée de sel, fermer avec du cellophane puis mettre une plaque sur le miso avec un poids



Sel



Stocker pendant 6 mois entre 15°C et 20°C

N'hésitez pas à découvrir nos recettes pour déguster votre miso.



Une fois fermenté, conserver votre miso au frais pendant 2 ans et il continuera de s'affiner

3.1. Broyer le mélange koji + sel + eau + graine

Hachoir manuel ou électrique



Presse purée

