

## Wie man selbst Miso herstellt

Zutaten: Sojabohnen 1kg, Kaji-Pilz 1kg, Salz 400g

- 1 Die Sojabohnen ueber Nacht in Wasser einweichen (Verhaeltnis Wasser, Bohnen: 3:1)
- 2 Das Wasser wechseln, dann eine Weile kochen lassen. Passen Sie auf, dass das wasser nicht ueberkocht.
- 3 Mit den Fingern die Bohnen eindruecken. Wenn sie weich geworden sind, sind sie durchgekocht
- 4 Die Bohnen in ein Netz fuellen und das Wasser abtropfen lassen
- 5 Die noch warmen Bohnen zu Mus zerdruecken.
- 6 Koji-Pilze mit Salz und dann mit dem Bohnenmus vermischen.
- 7 Ein sauberes Gefaess bis zum Rand mit 6 ) fuellen
- 8 Das Gefaess mit einem Deckel versiegeln und dann mit einem Stein beschweren
- 9 Zehn Monate ruhen lassen