

「発酵」が、ニッポンのおやつ、
新しい扉を開く!?

手づくりの 発酵おやつ

目には見えない菌たちが、
おいしいものをつくり出す「発酵」。
日本人にはおなじみの、麴と麴由来の発酵調味料を
おやつにプラスしてみたら、どうなる？
ほどよい甘さをつけたり、味に深みが増したり。
砂糖やバターが控えめでも、物足りないなんてこともない。

発酵
あんこ

味噌
スイーツ

酒粕酵母
パン



うかたま

季刊[春]2026 vol.82