目指出

五年馬場一歩

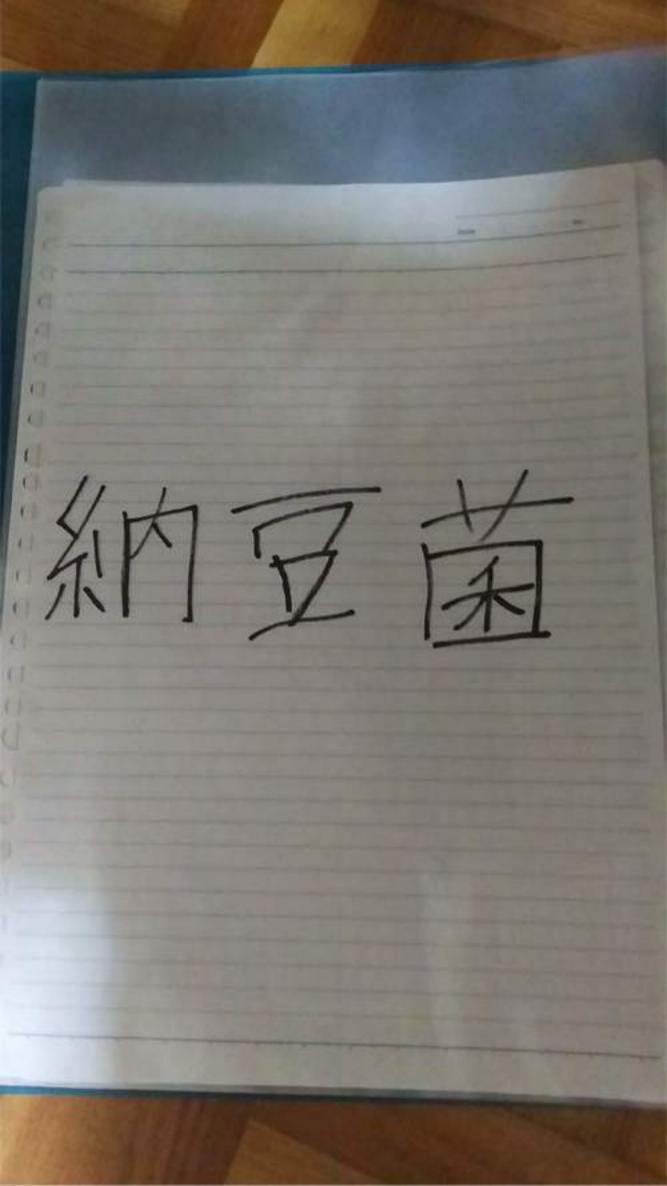
11 14 8/ 14/11

発西季のしくみ女言目へて おりしくです くの栄養 toy En かある。 かかなり

0 AVE

也 ガス にさんかたんで とからゴーノしたす





her 101

王音 3.1:01 34 0= 5年时用のパトホールに、国度(60-

・ま、七条内豆 ・こまり郷豆のにあり カコカはしはの別内里より 3)11(11

しは七彩内豆 · (Ca) (1) しない わばねば "口大市 Jo 1291 • 开乡 16 LE 主:七州为豆 新恒 ・にあり 70 11 カリエカリ Et, 711/21 由リしり · 0# 。大手士 おりい

-とわばれる





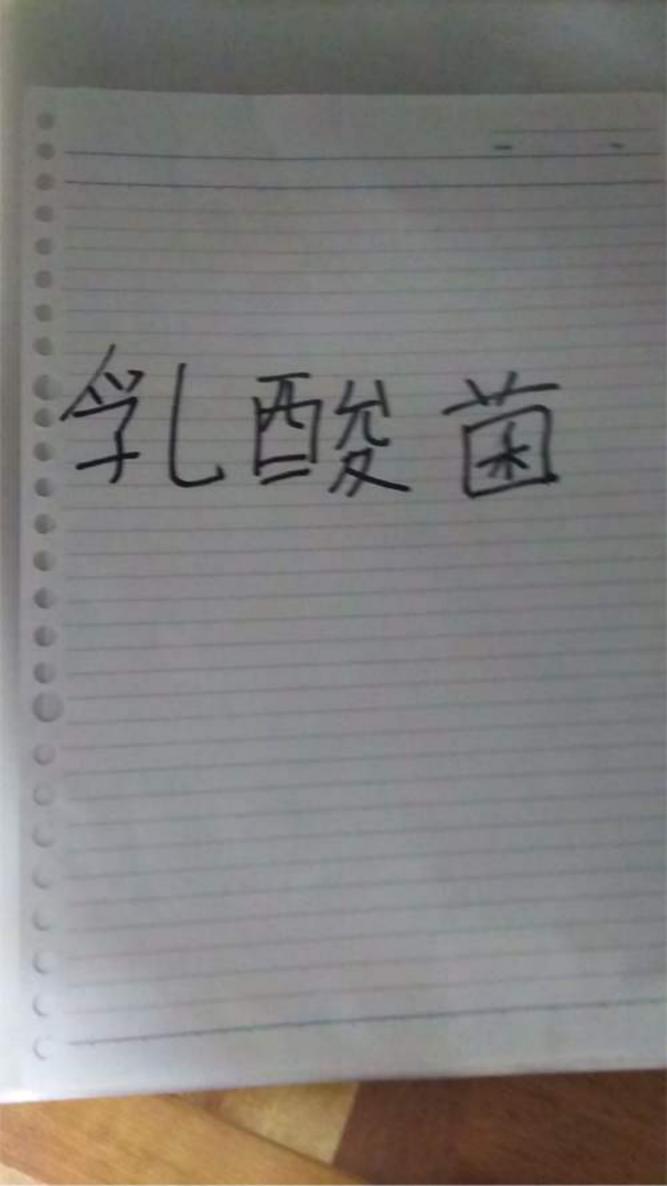
きっなんなしいというにおいたかしかしかしからない。

8/0 11:02

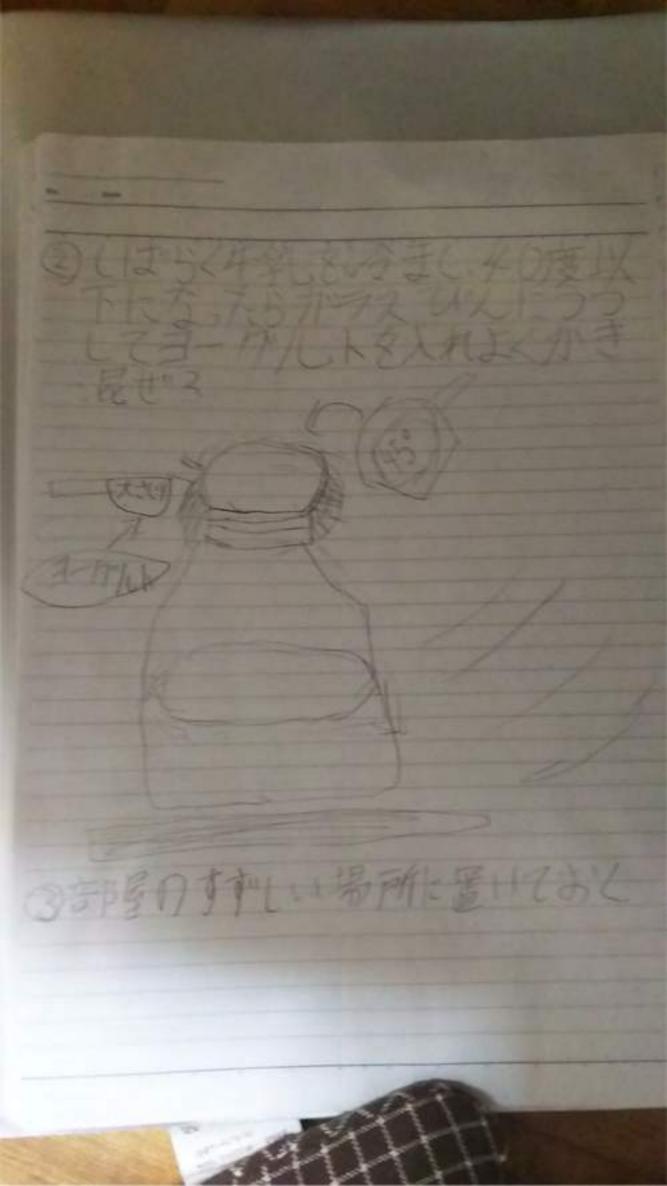


新内里作り前回的块目发系 材料は同じ 作り方は前回と同 24時間は、て大豆に自川利力は、たねばねばしてきたり食でう庫は 2日 ほじ置きます 大豆女水下口门る 》 物内里 图 与国人和学的重要 まされが夏 (部) くさり (まりくさり うまりはうまり 口末 自有化なし や可信なし

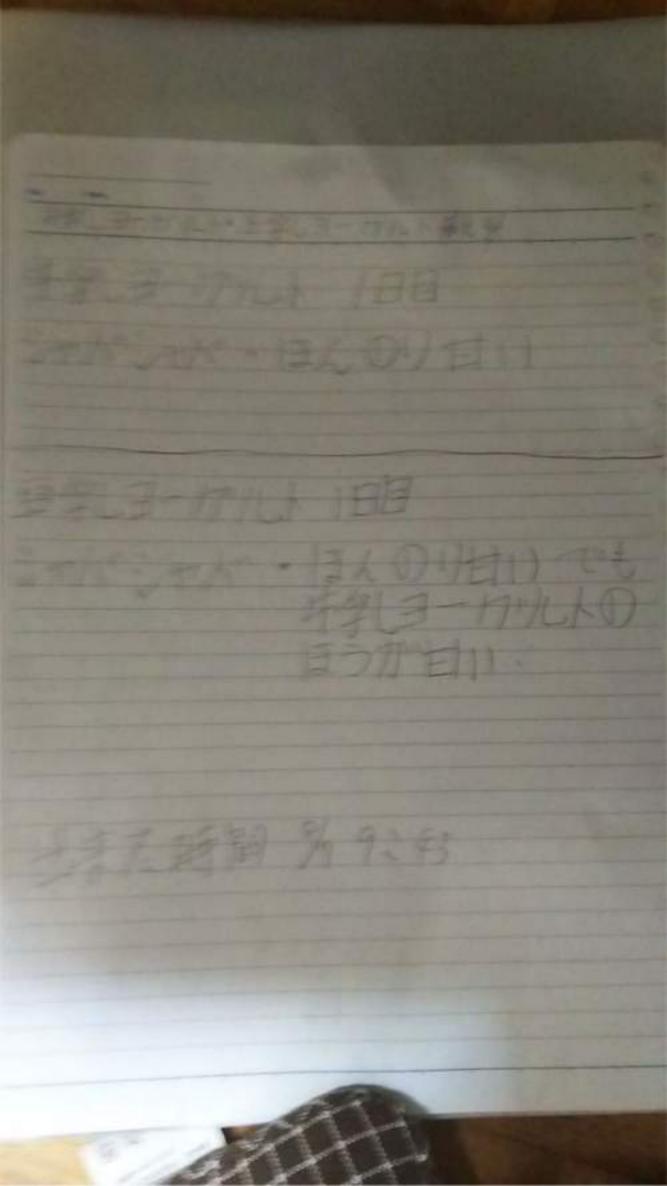
熟吉服 食かられる祭内豆が作れた 組り豆の俊建康こうか ・如汉をサラサラにする ・デニ)西な・ピタミン ・紹介多菌が行る、肖化西緒一上り、でよろれた人はく質 作所を肖化さかうしゅうする ・腸の中で有毒な菌からえるのをふせい 一世界中の老廃け何を保外入判を出される 四圧が高くなりませるのをある



かけどってはつけよ 00



豆乳, 250 コーケック X 7 1 1 1 作 OR WA



件到3一月11人人2日目 少しゆるロロを日かけせけ 里到于州小小2日日 固ま、て13.・甘け 豆乳ヨーかんトの日もか早く西った



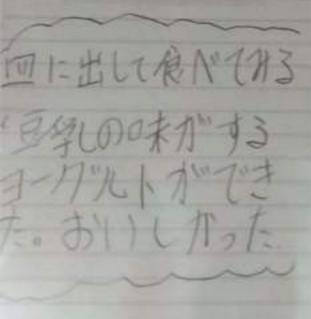
生乳にヨーか 豆乳にヨーカッルトルトを記せたものもの.

2つともシャトゲラカバ



86月三10 10 人ト

ひんをかると固まって







発り:10 年乳日-17%ト 完放

かたきるると少しめる

· 387:10

6

000

0

ラ四に出して食いる 豆乳ナーケルトよりは 吸りかい

豆学しヨーかんしむり 出土物かった



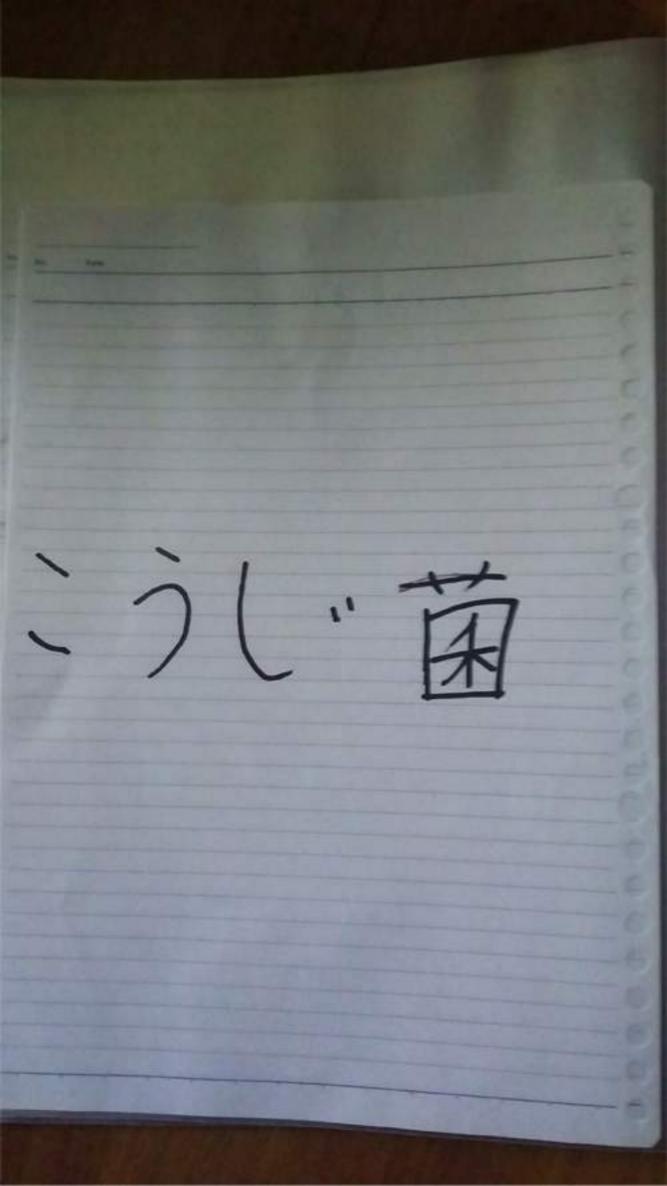
多行工一一月少人作小月里里发了回目。 くたわをかえて作くってみ 八カスとのカヨーケル、ト B) めばし *** A 特別 250 cc 大さしり カスと。カヨーかんト BH等L 2 50 cc うめぼし 小特の先人が 作り方 つかぼしはませずたずにはなんと入れる

		A	B	1	
			コーケル		
ŧ					
	327 K	124 po 1211	3:2815		

かつうのヨーリアルトで行うとくるとうとうを、か出なりけた、かんかけっていけるとトロトロかんか出ますがから、行うてヨーかんトを作ると味も好きようもちかってきてはもしるかってき

国ードルトの健康・ラ可 ・測に木門は作品がある。たかにからいいかんはく質をかく文む 機能を行るのできなそとのえる。

但在 不成件付款的行动



くつし面を有でてありんけた。習を作うつ お米にはえるカビかお米を目とする日本人と仲間のこうに歯を有て日 17目3四女作3万 うし"の オオ米斗 # 300 11.74 放む 1 - 5 17 ラム 111 3/8 のお米を洗っていて日来、水につけてあ のショクロサギ お来をかるにあげて2日 13/1/1/85/13 の9時半せしきにふきんをしきの上にお米 をたけるに左ける

りを味の意味が行いなかけっては下になった。ちかんてうこうとでき の制作は最度計でしたままるさんをしはる 多りつっくらいのお湯をわかし、温かんは一下入れる 图119 11 11日 九 10中3男太友中令人扎 74 (きはうがんしょうごかけ) おときてのこ はののおまを書く 24時間 站。前得已很久

(D)8月/0日 /0日年产発酵箱から出て 2)度は米をほぐす。 ののこりの24時間は40度前後になるようたおい別をとりかえて、うじを育て あま、西 お米 21

まっとによりもてではていてかたまってはるのか大かった。 によいかつましたし、かたかったけで 日さがましていた。 によりかくさかった。すっぱり味だった 下を日、てノバとカビがあてア、ハットれる うし作物大型でしたためしはんの米こうじを使える ある。酒を作ってみることにしました



むしたお米トーニョンは首を主がす



こ/0232保 温ようぎに 水発 西孝させる。

七多酉 お米と水を入れおかか 日まかかは、国産を1をさし、50度くかいまで 3)火火を見楽しふきんをかけるたをせずる /0時間保温33. 多后 作成 できまかり かかかこういを入れて甘みかすべてました

а G

-四种面包作人。了了了人的人们到完人 40 西方母 47017 母被07/作り方 117 121

ログをでかずにたてにるこ JUAZ 12 173 ス11人の中に、天久 光腾烈飞儿的儿

四季号 城 灰田以際して 1月目 井寺に変化なし ・2日目 6時、海線ありかててきた 3目目 8時、3番見察りかかぶえてい たほんのグリンスでの中未あわり万旦 まれて上にあかっていた 4月目 6時ごろすごくきのうよりにごって あわもない



D1908

8/6 2日日 あわか出てきた.



ありからえた



がかかれって

1301153 10 70 V XX つくった野村京 120=11113/16 200 /1 54 4174 101754 101774 1 19-一木ウルト・発力を生きとうを入れる時母海を フスアンでは、混ぜまとまってきたらになどかなまたませて 生地老作了. 3年地かまとましかとり出して5分階のよーとこから

(4)的种种方,严多的方、要好的日子月到表达 たかリソニヨに罵りてある りかり年をもうしちきってよくわまるめ 7 P发力了(2001日) 数十十万叶月前人 置りておど 日二次発西孝が教をわった。1927種1-さりふきて水を るさかけて表面をしめらせる ①予華ルであたためナオアント入れ190度で15~ 20分块完人 ハつこのてきはっ 西孝母苗が明明かったため、 ロ末はかしい 1820316574 2011 1= 2111 23/2/11 しょうけい ターしろりまかり



8/1 10:57

一次発西孝がおわか、生地を6分かつして2次発



ふくかみが弱いか火売りてみる。



8/11 17 = 46 火発11773



完成味中はふわまってしていませんでは、外かかけ、からすいからいからないかけ、からす、ふくらみかずわかったから

まとめ