

2016.08.05

葉月 | 立秋

6号

毎月第一 / 第三金曜日

「暮らし 彩る 徒然に 食すこと」

歳時記 まめぞう通信



発行 おとうふ工房いしかわ

葉月一立秋

残暑お見舞い申し上げます。こんな挨拶が似合わないほど、毎日毎日酷暑が続いています。それでも暦では、8月7日から「立秋」です。夏至も過ぎ、だんだん日が短くなってきました。元々、暦とは、農業をする上での目安ですから、植物に関りの深い日照時間のほうが大事なのです。ちょうど私達の会社の隣の畑は、NPO法人だいきつずの子ども達と一緒に豆を蒔いた大豆が30センチほどに育ちました。この調子なら枝豆になるのは9月の終わりごろです。子ども達がゆでた枝豆を食べて喜ぶ顔が楽しみです。たまに草取りをしに畑に来る家族連れを見かけます。家族が想いをひとつにして大切に命を育てるといいことはいいなと思います。まだまだ暑い日が続きますが、食べやすく栄養満天の豆腐料理で家族みんなで夏を乗り切ろう！

(こん)

8月の旬豆腐



●材料

- ・A: おろし生姜、おろしニンニク、長ネギ
- ・B: みそ・酒・醤油 各大さじ1/2強、中華スープ 大さじ4
- ・C: 中華スープ 300ml、塩、醤油
- ・そうめん、豚ひき肉 50g、究極のきぬ 1/2丁、水溶き片栗粉

●作り方

- ①フライパンに油をしき、Aを炒め、香りが出たら豚肉、豆腐を大きく崩しながら炒める。
- ②Bを加えて煮込み、とろみをつけてマーボの出来上がり。
- ③続いてCでスープを作ってそうめんと合わせ、マーボをのせれば完成。



究極のきぬ使用!



「マーボにゆう麺」

残ったそうめんを温かくいただきます。夏にクーラーで冷え疲れた体を休ませて、豆腐と豚肉はタンパク質もしっかり補給できるので、エネルギーチャージメニューです。

COUPON

レストラン ランチ

100円引

- 1枚につき4名様まで
- 本体価格より値引
- 各店にてご利用可 (イオン茶屋・イオン常滑店除く)

有効期限 2016年8月18日(木)

COUPON

湯葉寄せ豆腐 山芋寄せ豆腐

50円引

- 1枚につき4丁まで
- 値引き品・特売品を除く
- メグリア店を除く
- 本体価格より値引

有効期限 2016年8月18日(木)

COUPON

ふっくら おからパン

50円引

- 1枚につき4袋まで
- 値引き品・特売品を除く
- メグリア店を除く
- 本体価格より値引

有効期限 2016年8月18日(木)

COUPON

4P プリン各種 (プレーン・抹茶・黒ゴマ)

50円引

- 1枚につき4袋まで
- 値引き品・特売品を除く
- メグリア店を除く
- 本体価格より値引

有効期限 2016年8月18日(木)

柑橘系の
酸味と香りを加えると
さわやかになります

親子で一緒に楽しく作ろう♪ 「簡単！豆腐フルーツポンチ」

カットした豆腐をシロップに入れるだけ！
みんなが集まるこの季節に、手軽にできてお洒落

●材料

- ・究極のきぬ
- ・季節の果物 すいか、キウイ、桃、オレンジなど
- ・シロップ（砂糖・水を同量煮立て、冷やす）

●作り方

豆腐はキッチンペーパーでしっかり水を切る。
豆腐と果物を食べやすくカットし、
器に盛ってシロップをかければ完成。



「わたしの夏のお気に入り」
夏の夜と言えば、暑く寝苦しい日本。今ではクーラーをつけるお宅が多いので、涼しく快適な睡眠が取れます。もうひとつ睡眠の大敵は蚊です。今では、いろんな蚊取りグッズがありますが、私のお気に入りには、防虫菊という植物を使った「菊月香」です。はじめて、この蚊取り線香に出会ったのは、名古屋市の自然食品店でした。普段、香りがするキャンドルやお香をリラクゼーション目的として使うのが大好きなので、何気なく購入したのがきっかけですが、家で焚いてみると、何ともやさしい香りに、ただ蚊取り目的だけでなく、使い心地の良さに納得をしました。化学物質を使用せず、着色料も使わないので、色はよく見慣れた緑色ではなく、本来の自然な色合い茶色です。よくよく考えてみると、虫を撃退するものと考えると人にもどういふ影響があるのか、きちんと選ばなくてはと思います。自然な香りで夏の夜を楽しんでみてはいかがでしょうか。

(はら)

「夏の衣」
浴衣のさっぱりとした着心地は、何より肌と目で感じられる、日本の夏の涼。もともと、浴衣はその字の通り、入浴時に着る衣でした。平安時代の貴族が蒸気を浴びる蒸し風呂に入る際の汗取りと火傷防止のため、また複数の人と入浴するために肌を隠す目的で着用していたものが浴衣の起源なのだそう。その後、汗を吸い風通しの良いことから湯上りに着る衣となり、江戸時代の町人文化の発展と共に、今のような浴衣として着用されるようになりました。衣の意を理解しTPOに合わせて、粋にお洒落に着こなして出かけたくださいね。

(こま)



店舗情報

🍴 レストラン併設店
※刈谷銀座店のみ、豆腐ビュッフェランチ

🛒 物販

🍴 大まめ蔵 高浜店
☎ 0566-52-0140

🍴 西尾花ノ木店
☎ 0563-79-5282

🍴 Tぽーと高浜店
☎ 0566-52-7407

🛒 イオンモール多摩平の森店
☎ 042-514-8216

🍴 大曾根店
☎ 052-991-1014

🍴 安城横山店
☎ 0566-91-5102

🍴 一社店
☎ 052-704-4181

🍴 聖蹟桜ヶ丘店
☎ 042-338-6588

🍴 滝ノ水店
☎ 052-848-7558

🍴 半六邸店
☎ 0569-22-0120

🍴 知立店
☎ 0566-91-8280

🍴 港南台バース店
☎ 045-834-2082

🍴 刈谷銀座店
☎ 0566-91-8547

🍴 イオンモール名古屋茶屋店
☎ 052-398-6141

🍴 トヨタ生協メグリア本店
☎ 0565-27-5095

🍴 オリナス錦糸町店
☎ 03-5637-7521

🍴 幸田店
☎ 0564-83-8039

🍴 イオンモール常滑店
☎ 0569-89-0518

🍴 清水屋春日井店
☎ 0568-37-0766

🍴 市川ニッケコルトンプラザ店
☎ 047-370-5551

🍴 岡崎エルエルタウン店
☎ 0564-58-2131

🍴 太陽の味 den
☎ 0564-62-0870

🍴 平和堂ピバモール名古屋南店
☎ 052-829-1212

🍴 東京スカイツリータウン・ソラマチ店
☎ 03-5809-7801

🍴 東浦店
☎ 0562-84-3210

🍴 デンビール ホレ・フェスト
☎ 0566-92-7755

🍴 イオンモール各務原店
☎ 058-372-2330

🍴 松坂屋高槻店
☎ 072-681-8856

🍴 近鉄四日市店
☎ 059-354-7559