

歳時記 まめぞう通信



発行 おとうふ工房いしかわ

長月 一秋分

今年の秋分の日は9月22日です。暑さ寒さも彼岸までというように、いつの間にか秋が忍び寄ってきました。そして昼と夜が同じ長さで浄土と繋がるということから先祖供養の日になったといわれています。

この彼岸という思い出すのが新見南吉の童話「ごんきつね」に出てくる川岸に群生する彼岸花です。妖艶に真っ赤に咲く花は、不吉の象徴に言われることも多くあります。でも、どこか物悲しさを湛えた風姿は、このごんきつねの話にも出てきて、生と死のコントラストとして描かれています。

私達の隣の南吉の故郷半田市の矢勝川の土手には一面にこの彼岸花が咲き乱れ、それは決して死の演出でなく生の源の象徴のように感じるはずです。読書の秋、もう一度絵本を読んでみるのもいいですね。



(南吉が教員時代を過ごした安城市のクラフトビール「ごんの勇氣」のラベルは、この話からデザインされています)

新商品「毎日えごま豆腐」

今や健康食材として話題の「オメガ3脂肪酸」を多く含んだえごま油。美肌効果が期待されています。「オメガ3脂肪酸」は、人が体内で作れない必須脂肪酸のひとつ。健康維持を助ける、国が定めた栄養機能食品の栄養素です。

大豆は北海道江別市の農家の方と契約栽培している「ゆきびりか」を使用。一般的な大豆に比べ、イソフラボンを1.5倍含む特殊な大豆です。

この「ゆきびりか」をまるごと粉碎してできた大豆飲料から作っているのので、大豆すべての栄養分や食物繊維を摂取することができます。



美活アレンジレシピ



***豆腐 de アクアパッツァ**
耐熱の器にお好みの野菜とあさり、えごま豆腐を盛り、オリーブオイルと塩コショウをふりかけ、レンジで3分温める。



***コーンスープグラタン**
グラタン皿にえごま豆腐、市販のコーンスープを入れる。とろけるチーズをのせて、オーブントースターで焦げ目がついたら完成。



***かま玉温やっこ**
えごま豆腐を器に入れ、真ん中に卵を割る。レンジで2分ほど温めて出来上がり。

有効期限 9/16(金)～9/29(木)

新商品 毎日えごま豆腐

話題の「オメガ3脂肪酸」を豊富に含んだ、えごま油入りの栄養機能食品です。



¥30 OFF

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

有効期限 9/16(金)～9/29(木)

季節商品 山芋入り 湯葉寄せとうふ

2つの食感が楽しめます。



¥50 OFF

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

有効期限 9/16(金)～9/29(木)

季節商品 きらず揚げ コーンポタージュ味

きらず揚げの秋冬限定味!



¥50 OFF

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

有効期限 9/16(金)～10/13(木)

500円以上の惣菜

お豆腐屋さんならではの人気ヘルシー惣菜がお値打ちに。



¥50 OFF

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



食欲の秋 芸術の秋 まめとくらしの秋

1/f ゆらぎ

9月22日は秋分の日。秋の夜長といいますが、皆さんは、どのように夜をお過ごしでしょうか？

私はキャンドルの明かりで過ごす夜が好きです。炎の揺らめきを見ていると、とても落ち着いた気分になります。キャンドルの灯りには、リラククス効果をもたらす「1/f ゆらぎ」と呼ばれる、心臓の鼓動と同じゆらぎのリズムがあるそうです。たまには電気を消して、キャンドルの灯りだけで過ごす贅沢な時間もいいですよ。

市販のろうソクを湯煎で溶かすだけのオリジナルキャンドルも簡単に作れておすすめです。ラベンダーのアロマオイルを5滴程たらせば、リラククス効果も倍増のアロマキャンドルになります。

秋の夜長は、1/f ゆらぎと安眠を誘う香りで、秋の虫の音を聴きながら早く眠るのもいいですね。(こま)



MY 干しリンゴ



MY /
ドライフルーツとナッツのえごま豆腐
えごま豆腐上にドライフルーツやナッツをのせ、
メープルシロップをかけて出来上がり。

秋になり、果物売り場にリンゴの良い香りが漂います。空気が乾燥してきたら、干しリンゴの季節です。りんごを薄くカットし、よく水分を拭き取り、日当たりと風通しの良い外に並べます。カビになりやすいので、晴天が続くような日を選んで一気に干して、カラカラになったら完成です。

日常の器、そして美。新米に芋、栗、南瓜。天の恵みで豊かなこの季節。美味しい旬の実りをていねいにこしらえて食卓に彩りたい。日本各地には、多くの窯元があり、それぞれの土壌にあった手法で焼き物があります。本社がある愛知だけでも、瀬戸焼や常滑焼。使いやすい磁器もよいけれど、あたたかみのある陶器がこの季節の実りをグンと引き立ててくれます。陶器は土を捏ねて焼き上げたものなので、使い方にもコツがあり、雑には扱えません。かわいい子ほど手がかる。そんな気持ちで愛情をそそげる道具を日常に取り入れたら、毎日の食事ももっと楽しくなります。

日常の美を追求する人、柳宗悦が民芸運動を立ち上げ、人々に伝えたかったこと。物質的な豊かさでなく、より良く日常生活を送るための何かを見つけること。文化とは上層階級の人作り出すものではなく、民衆の日常から生まれてくるものです。さて、今日はどんな器に盛り付けましょうか。(はら)

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

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

平和堂ビ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