

# 歳時記 まめぞう通信



発行 おとうふ屋いしかわ

## 霜月一小雪

我が社の店舗の前にある大ケヤキの木がすっかり落葉して寒そうです。この三河の平野部でも楓や銀杏が紅や黄色に色づき散って、地面をも紅葉に染めていました。今年の大豆畑は台風二十一号で無惨に葉が落ちて早々に立ち枯れになっています。あちらこちらで冬枯れの景色になっていく風景は、寂寥の哀愁を感じます。いよいよ木枯らしの季節が到来ですね。

私たちの大豆産地のひとつ、北海道では、もう根雪が降りました。根雪というのは来年春の雪解けまで溶けない雪です。秋蒔きの小麦は冬の間に、この根雪に抱かれて越冬します。時に災害を招く雪も違う目線で見れば必要なものです。日本人が大切にしてきた自然の叡智を自己都合でねじ曲げないような価値感が大切です。寒さをネガティブに考えずに、逆に楽しむなら、やっぱり食事でしょう。寒ブリや蟹の便りも北陸から聞こえてきました。今年のギフトカタログ「冬に 揺れ咲く 湯気の華」も完成して皆様のお手元に届く頃です。今年もあったかくて美味しいお鍋で温故知新が出来ますように。(こん)



## ほっこりおでん

冬のお鍋の定番です  
ぐつぐつ煮込んで  
身体もほっこり

残った汁には 旨味がたっぷり  
捨てちゃうなんてもったいない  
食材を足して

きちんと明日の一品に (みず)

### おすすめ商品

## おさかながんも

国産大豆100%の豆腐と白身魚のすり身を練り上げた生地に、国産野菜の牛蒡や人参を加えました。はんぺん風のふんわりが新しいがんもどきに仕上がっています。味染みの良いがんもですので、おでんやとろける湯豆腐の具材としても大活躍です。

また、フライパンで表面を炙ればカリッと香ばしくいただけます。豆腐屋の作る魚のすり身入りのがんもはこだわりの逸品です。

(こま)



おさかながんも  
国産野菜のきんぴら  
250円+税

変わり種 具材が旨い

## まめぞう流おでん

材料(4人分)

- ・おさかながんも…4枚
- ・堅豆腐…1/2袋
- ・豚バラ薄切り肉…4枚
- ・こんにやく…1枚
- ・ちくわ(小)…4個
- ・うずら卵…8個
- ・大根…1/2本
- ・じゃがいも(小)…4個
- ・れんこん…1/2節
- だし汁…4L
  - ・白だし…150ml
  - ・だし昆布…2枚
- ・味噌だれ…適宜
- ・からし…適宜
- ・七味…適宜

作り方

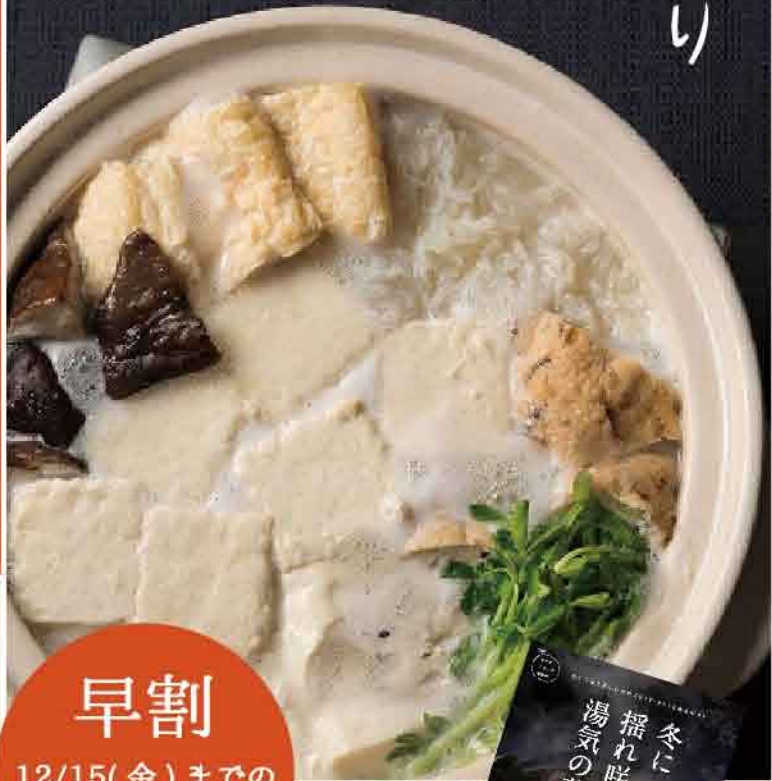
1. こんにやく、ちくわ、茹でたらうずら卵を串にさす。野菜は食べやすい大きさに切り食材を準備する。
2. 堅豆腐には豚バラ肉をまいて串にさす。
3. だし汁をつくり、全ての食材を煮る。
4. お好みで、味噌だれ、からし、七味をかけていただきます。

お鍋のスープは食材の出汁がたっぷり効いています。翌日は、がんもや野菜を入れて煮物に。



おでんが残ったら…

とろろり  
あら?!  
不思議  
とろ  
ける  
湯豆腐  
鍋



早割

12/15(金)までの  
店頭でのご注文  
10%OFF



カタログは店頭にございます  
冬ギフトはじまります



121200 オススメ商品!  
具たくさんとろける湯豆腐セット  
3,000円⇒2,700円+税・送料

昔、温泉のお湯で豆腐を煮るととろけるという名物料理がありました。これは、アルカリ泉に含まれるアルカリ成分が、豆腐に含まれるタンパク質を溶かすためです。豆腐は角がとろけ出し、とろろりほわほわした口どけに。一口食べると病みつきになります。勿論、溶かすだけでなく独特な芳香が特徴の鍋。

香る湯豆腐

おはなし

今回は、中華料理では定番で使われる干豆腐(カンドウブ)を一緒にお鍋に使います。中国では、和え物や炒め物に使われることが多いのですが、和食に合うようにお鍋で頂きます。アルカリ性の汁で煮ることで独特の食感が生まれ、日本人好みに仕上がりました。

オススメは分厚い油揚げ。油揚げがとろけ出し湯葉のような食感に。味も食材の旨味の効いた汁を吸ってとても美味しくなります。締めは、ご飯とチーズで洋風リゾットにしてどうぞ。野菜やお肉の旨味がしっかりきいた優しい味わいが新鮮ですよ。



柿のなめらか豆乳クリーム和え

- 材料 (2人分)
- 豆乳・・・150g
  - 砂糖・・・25g
  - 米粉・・・15g
  - 柿・・・1個

作り方

1. 鍋に豆乳、砂糖、米粉を入れて混ぜながら加熱する。
2. トロリとしたら火からおろしてクリームを冷やす。
3. 柿を食べやすく切り、  
2. と和える。

※豆腐クリームはどんな果物とも相性バツグン!

有効期限 11/17(金)～11/30(木)

おさかながんも  
国産野菜のきんぴら



豆腐と白身魚のすり身と野菜を練り上げました

¥50 OFF

- 1枚につき4袋まで
- 他の割引との併用不可
- 他引き品・特売品を除く
- 本体価格より値引
- メグリア店・ぐうびいひろばを除く

有効期限 11/17(金)～11/30(木)

お刺身湯葉



国産大豆で作ったつるつる食感の茸汁湯葉

¥30 OFF

- 1枚につき4パックまで
- 他の割引との併用不可
- 他引き品・特売品を除く
- 本体価格より値引
- メグリア店・ぐうびいひろばを除く

株式会社おとうふ工房いしかわ

愛知県高浜市豊田町1丁目204-21  
TEL 0566-54-0330 FAX 0566-54-0331  
<http://www.otoufuu.co.jp/>  
まめとくらしの研究所 <http://mametokurashi.jp/>

