

歳時記 まめぞう通信



発行 おとうふ工房いしかわ

文月 二 大暑

油蟬が煩く鳴き、夏の太陽がじりじりと大地を焦がしている夏真っ盛りです。我が家の郵便受けに遠い旧い友人から暑中見舞いが届きました。若かりし頃には書かなかった身体を思いやる言葉で文が締められていたのが印象的です。一通の何気ない葉書が昔の自分を彷彿とさせ、美化された思い出と共に一風の涼を与えてくれました。

有り余る力と悶々とし焦燥の心とのアンバランスな日々。丁度今の田んぼのようです。ひざ下まで伸びた稲の田んぼは、中干し中で、カラカラとひび割れると稲は地中へとしっかりと根を張って、空気中の酸素を一杯取り込んで成長します。台風にも耐えて沢山の穂をつけるためです。次に水を入れたときは、思いっきり吸い上げることでしょう。

青春時代の想いがこの姿とダブリます。悩み笑い友と語り飲み明かしたことで大地に根を張ることが出来たのでしょう。甘酸っぱい思い出です。同じ時代を過ごしたあいつにも一風の涼を送ってやろう。自慢の豆腐ギフトと共に。
(さん)



豆腐をカットして使う夏の簡単精進料理

堅とうふの蒲焼

材料 (2人分)
・堅とうふ...1/2袋
・大葉...4枚
・れんこん...2cm
・焼き海苔...1/4枚
・片栗粉...大さじ2
・油...適量

蒲焼のタレ
・醤油...大さじ1
・味酢...大さじ1.5

作り方

1. 堅とうふを5mm程度の厚さで6枚に切る。れんこんは3mm程度に切る。
2. 1.の豆腐全面に片栗粉をまぶす。両面に、薄く切ったれんこんをつけたもの、大葉をつけたもの、片面に海苔をつけたものを作る。
3. フライパンで油をひき、2.の豆腐を両面を焼く。最後にタレを加えてからめ、ごはんに盛りつける。



香味を入れてさっぱり汁物

茄子の味噌汁

材料 (2人分)
・茄子...1/2本
・茗荷...1/2個
・かつおだし...300ml
・赤味噌...大さじ1

作り方

1. 半月切りにした茄子をかつおだしで煮る。
2. 赤味噌を加えて、お椀に盛り、刻んだ茗荷を加える。



胡瓜の梅おかか和え

材料 (2人分)
・胡瓜...1/3本
・梅干し...大1個
・鰹節...1/3パック
・塩...適量

作り方

胡瓜を蛇腹きりにして塩少々をふり水けを絞る。軽くたたいた梅干しとおかかで和える。

夏の暑さも
旨みのうち

2017夏
OTOFU FACTORY ISHIKAWA

お世話になったあの方へ、
豆腐ギフトを贈りませんか

7月末までのお申込みで **10%OFF!!**

有効期限
7/21 (金) ~ 8/3 (木)

KiraZoo
きらず揚げギフト

イラストが
可愛い便利な
個袋タイプ

¥100 OFF

●1枚につき4セットまで
●他の割引との併用不可
●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
7/21 (金) ~ 8/3 (木)

果肉入りとろける
マンゴー・杏仁豆腐
6個セット

¥100 OFF

●1枚につき4セットまで
●他の割引との併用不可
●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

夏休みだ！

おとうふ作り体験へ行こう！

お豆腐屋さんで親子で一緒に体験してみよう♪

こだわり！大豆から豆腐作り体験

生の大豆をすり潰すところからの本格的な体験です
自由研究にもおすすめ！

日程： 8月14日（月）

時間： 10:00～12:00

料金： 1組 3,000円（1組2～4名様まで）

持ち物：エプロン、保冷剤、保冷バッグ



お問い合わせは Tel.0566-54-0333

【担当：後藤 / 磯部】まで

電話受付時間 月～金曜日 9:00～18:00

※定員に達し次第受付は終了致します。

豆乳から作る豆腐作り体験

まめぞう豆乳を使って

簡単豆腐作りを一緒に楽しみましょう

日程： 8月19日（土）

時間： ①13:00～ ②14:00～（1回約50分）

料金： 1人 500円



要予約・本社 高浜工房 2F にて開催！



お子さんと一緒に作ろう！

豆腐かき氷

材料（2人分）

・絹豆腐…1/5丁

・甘納豆…少々

・ガムシロップ…2～3個

・さくらんぼ…2個

作り方

かき氷に2cm角に切った絹豆腐、甘納豆をのせ
シロップをかけ、さくらんぼを添える。

※シロップはお好みで果物は季節のすいかやメロンでも



豆腐を精製塩で食べてみると、何となく尖ったしょっぱさを感じて他の薬味が欲しくなりますが、天然塩は後味にほのかな甘みが残る大豆の旨みが引き立ちます。通は冷奴を塩で食べる、なんてよく聞きますが、これは天然塩のこと。個人的には、豆腐には藻塩がおすすめです。藻塩とは、海水を凝縮させたところに、天日干した海藻のエキスを漬け込んでうま味成分を引出した塩のことです。色はベージュで、まろやかな塩味が和食全般に非常に合います。

塩は産地や作り方で味わいも異なります。

す。食材との相性で使い分けると、またひとつ食べ方の楽しみが広がりますね。

（いま）

わたしのお気に入り
塩

さしすせその基礎調味料のひとつ、塩。食材本来の甘みを引き出す、シンプルなのに最高の調味料だと思います。塩の作り方は様々ありますが、基本的には海水を煮詰めて出来します。普段よく目にする白い食卓塩は精製塩と呼ばれ、これは塩化ナトリウムが99.5%以上のもの。粒が小さくサラサラで、固まることなく保管できます。対して天然塩は、20%程度にがり成分などを含んでおり、原料となる海水の五十種類以上のミネラルがバランスよく含まれています。粒の大きさにばらつきがあり、しっかりとしたものもあります。



店舗情報

大まめ蔵 高浜店
☎ 0566-52-0140

大曾根店
☎ 052-991-1014

滝ノ水店
☎ 052-848-7558

刈谷銀座店
☎ 0566-91-8547

幸田店
☎ 0564-83-8039

岡崎エルエルタウン店
☎ 0564-58-2131

東浦店
☎ 0562-84-3210

西尾花ノ木店
☎ 0563-79-5282

安城横山店
☎ 0566-91-5102

半六邸店
☎ 0569-22-0120

イオンモール名古屋茶屋店
☎ 052-398-6141

イオンモール常滑店
☎ 0569-89-0518

太陽の味 den
☎ 0564-62-0870

Tぽーと高浜店
☎ 0566-52-7407

一社店
☎ 052-704-4181

知立店
☎ 0566-91-8280

トヨタ生協メガリア本店
☎ 0565-27-5095

清水屋春日井店
☎ 0568-37-0766

平和堂ビバモール名古屋南店
☎ 052-829-1212

イオンモール各務原店
☎ 058-372-2330

物販 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

イオンモール長久手店
☎ 0561-76-7532

イオンモール多摩平の森店
☎ 042-514-8216

聖蹟桜ヶ丘店
☎ 042-338-6588

港南台バース店
☎ 045-834-2082

市川ニッケコルトンプラザ店
☎ 047-370-5551

松坂屋高槻店
☎ 072-681-8856