

10 た 5 17 たの 義

2種類の 豆腐 っ < ね レ シピへ

鶏ひ とう ら卵 醤油 塩・こ き肉 おろ フ 粒 (黒·緑) にん 2個 40 g 1/3 T 小さじ よう 各 各2粒 少 々 友 ち や

n

とちゃ

んと私の

とうふ

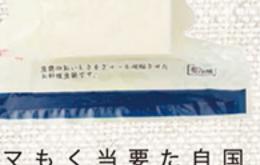
堅とう

25

・堅とうふ

少 よく混ぜ、 冷めてから半分に切る。 に包むように とうず 肉だ 鶏ひ ねを き肉 · 5 を各々 [A]を め げ





料理豆腐で その 風も 大豆 お も 揚げて す ほか 蒸 美味 最適 法 す めの豆腐 5 も 0%° N 切 0 お ユ n 円ふ 不げ 独 炒 す 7 弁 ウ 2

三色油揚げまき

が

n

も

と

ふ

き

の

煮物へ

日本の地大豆

-

ロが

んも(6個入)

I

を練

りこ

薄め

の油揚

椎茸・

20円

n

isi

国産 0 産 た、 大 油揚げ G 豆 油 MO 湯げ の菜種 (4枚 油揚 油で の 香 ま 豆腐 きごは ば 20円 \cup を <

らと揚 が良 を 込ん も 20 る な な 5 で手 E



お

め。

煮汁

2

も

煮

物

-

も

ど

き

当に

0

たり。

くね

のこ

き合

う

かて

2

湯葉と П ン の梅肉和え

ば

28

0

円



も湯葉の 油 な のはもちろ をつ 硬さになるよう シ 上げ 絶妙 C お 0 な お る わ 0 のでで 食 枚 さ Ξ



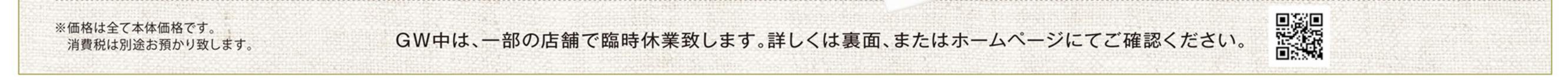
豆腐つくね

曲 げ の お 気

5 さま」と感謝できる と を 番 0 2 も使 吸 とは違う感動 切なことで てきち が 0 -指を使 特徴 るときの た 経 のお弁当箱 2 5 ても、 2 っ は ま んと乾か 続 2 も美 け る る 5



ます 幼少



おとうふ工房いしかわ http://www.otoufu.co.jp

卿周

卯の花の咲く季節ということで、4 月は「卯の花月」から卯月になりました。ご存知のようにおからは、別名卯の花で、小さな白い花が沢山咲く様は、まるでおからが降って白く 積もったようにも見えます。ひと頃、産業廃棄物と言われたおからも、最近では効能の研 究が進んでいます。おからで健康生活になれば一挙両得。まさに「おからはたから」ですね。

みんな大好き「桃屋」さんと

「国政の」 表値打ち情報

■キムチ油揚げ 200円

お豆腐屋さんこだわりのふっくらした肉厚油あげを 桃屋のキムチの素で漬けこみました。中までしっか り味が染み、キムチのピリッとした辛味とコクに箸 が止まらなくなる1品です。

『桃屋』さんの商品各種取り揃えました。ごはんのお供 や、アレンジ冷やっこのトッピングにおすすめです。

- ■江戸むらさき ごはんですよ ■味付メンマ ■味付ザーサイ ■きざみしょうが ■キムチの素 ■辛そうで辛くない 少し辛いラー油
- ■バター味のフライドにんにく 等

こだわりの変わり寄せ豆腐も新登場

■ なめらか寄せとうふ 北海道産うらごしコーン 200円

国産大豆100%の豆乳に北海道産のコーンペー ストを加え、にがりで寄せた逸品。コーンの優し い甘みと自然な色合いが特徴です。

■ なめらか寄せとうふ うらごし枝豆 **200**円

国産大豆100%の豆乳に枝豆ペーストを加え、 にがりで寄せました。枝豆の自然な香りと滑ら かさが特徴です。

■ 朧(おぼろ) とうふ 300g 200円

ます。またダイエット以外にも花粉症りが分)を吸収して食べ応えのあるクロークが、大人気です。 やに混ぜて食べる方が増えてきましたりダーが、大人気です。 もに混ぜて食べる方が増えてきましたりがら」。それも乾燥したパ

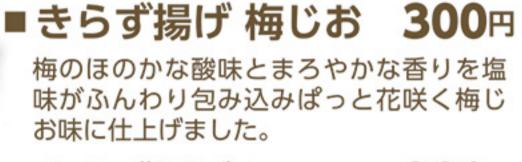


季節のきらず揚げ

要冷藏 1枚入



お待たせしました! 春のきらず揚げ発売開始



■ きらず揚げ レモン 300円 昨年新発売し、大好評だったレモン。酸味 のきいた爽やかなレモン風味に、アクセン トのしおがベストマッチ。今シーズンもブ レイク間違いなし!

ちらい

ふんわりやわらか仕上げの寄せとうふです。

※香料、着色料不使用。素材の風味が際立つ「藻塩」で頂くのがお すすめです。(ミネラルたっぷり 浜御塩 藻塩 400円)

パッケージをリニューアル

保管に便利なチャック付き♪ **黒糖豆腐かりんとう 240**大人気のおとうふかりんとが、保管に便利な

チャック付きで新しくなりました。

黒糖蜜たっぷりで仕上げたカリッと美味しい

かりんとうです。

■おからパウダー 120g **200**円



抗酸化作用のあるポリフェノールは花粉症対策に効果が あるといわれています。免疫機能をアップさせ、つらい花 粉症を乗り切りましょう。

■ひしわ 国産伝承 はと麦茶TB
 (水出し・お湯出し両用) 380円
 ■ひしわ 有機ルイボスティーTB 400円
 ■ひしわ マイボトル国内産有機レモングラス 298円
 ■ひしわ マイボトル有機カモミール&ルイボス 298円

