

晴耕雨読

今年は、コロナ禍で世の中みんな慣れない巣籠もり生活（職場）でした。外に出られない事は、とってもネガティブな感情になることも実感しました。最初は、うだうだ生活だったのが、飽きると筋トレや掃除といった人も多かったようです。晴れた日は、野良で働き、雨が降れば本を読んで過ごす生活の「晴耕雨読」は、自由気ままな例えになります。今回のコロナ生活で言えば、後者の価値ある余暇の過ごし方に写ります。今まで会社や学校という家庭外の生活に重きを置き過ぎた生活を、改めて、昔の日本人のような雨の日に縄をない、機を織るような内面の充足に時間を使いたいものです。こんな梅雨時に一度、家族や自分の為の時間の使い方を考えてみましょう。



夏越の祓い「夏越豆腐」

6月の晦日（30日）は、元旦から数えて半年が経ち夏越の祓いという神事が京都を中心に神社で行なわれます。季節の狭間は、邪気が住むといわれ、夏越では、茅の輪をくぐって邪気払いを行ないます。この日に食べる京都の和菓子に「水無月」があり三角の白ういろうに小豆を乗せたものを頂きます。昔、高貴な人たちは冬に氷室に蓄えた氷を削って、この時に食べて暑気払いをしました。庶民の口に入るものでなかったのが、削った氷を意味する三角にういろうを切り、邪気を払う白色と豆を使ったものです。地域によっては、白い豆腐を塩で頂いて邪気払いをする地域もあります。



濃厚な味わいが楽しめる
おすすめ夏越豆腐はコレ！

- 笹とうふ 300円 **クーポン対商品**
- 豆腐がもっと旨くなる 塩ごま油 300円 **クーポン対商品**
- お値打ち食べ比べセット 880円
究極のきぬ・至高のもめん各 350g
湯葉寄せ、山芋寄せ各 200g + 塩ごま油

- 堅とうふ夏バテ防止レシピ -

通常の本綿豆腐の水分をギュッと脱水処理をしたのが、堅とうふ。沖縄の伝統食島とうふにも似た味わいは、使い方いろいろ。水切りいらすの手間要らず。高たんぱくな堅とうふに、豚肉を合わせることでビタミンB群が摂取できて疲労回復にバッチリ。夏野菜のゴーヤやピーマン、茄子と合わせたり、コーレグースや酢のクエン酸で相乗効果も期待できます。

- 堅とうふ 140g×2 200円 **クーポン対商品**
- 豆腐ステーキ2枚入 300円 **クーポン対商品**

人気メニューランキング



1位 ゴーヤと豚肉のチャンプル

ゴーヤは苦味を和らげる為に丁寧にわたを取り、食べやすい大きさに切って塩もみし、水洗いする。豚バラ肉を炒め、堅とうふ・ゴーヤを加えてさらに炒める。火が通ったら溶き卵を加え、白だしと塩コショウ味付け、香り付けにごま油、かつお節で仕上げる。

2位 精進鰻の蒲焼 ひつまぶし

豆腐をつぶして、すりおろし蓮根と合わせて、海苔に付けて焼き上げ、タレを絡める「もどき料理」。甘辛い味醂醤油タレを絡めれば、見た目もまるで鰻の蒲焼です。名古屋流にひつまぶしでどうぞ。

3位 豚肉で巻いた豆腐ステーキ チーズ大葉入り

豆腐ステーキ1枚を4等分に切り、スライスチーズ、大葉と一緒に豚バラ肉で巻く。にんにくをまるごと熱したフライパンで焼き、肉巻き豆腐と一緒に焼く。仕上げに添付タレを絡めて完成。



精進鰻の蒲焼 レシピはこちら

土用丑は、7月20日「鰻とやっこ」ギフト受付中

暑い日が、続くと食べたくなるのは、しっかり味の付いた香ばしい鰻。愛知県は、腹裂き直焼きの調理法です。串に刺した鰻を炭火で焼いて、更にこってりタレで焼くと立ち上る煙まで旨い。そんな鰻丼と相性のよい副菜は、しっかり味のある究極のきぬですよね。今年もお世話になったあの方へ、コロナ禍でお会いできない方へも夏のご挨拶に産直ギフトを。店頭での発注用紙で簡単注文できます。 ※店頭でのご注文で7月19日まで早期割引10%OFF実施



担当の
オススメ!

■ うなぎ蒲焼 究極至高のおとうふセット 竹
通常価格 5,000円 → **4,500円!!**

便利なお取り寄せは…

おとうふ工房 楽天 検索



7月7日は七夕 「初恋の味はレモン味」フェア

一年に一度、織姫と彦星が天の川を渡って出会う日というロマンチックな記念日七夕。真東の夜空を見上げると天の川と「夏の大三角」と呼ばれる輝く星があります。天の川のある中心にあるのが白鳥座の十字の星座。この白鳥の広げた両翼をわたってこと座の織姫と鷲座の彦星が出会うということです。そんな恋物語は、青春時代の初恋と重なります。今月は、初恋の味を思い出していただくレモン味の食品を集めました。



- おとうふレモンドーナツ 4個入 300円 **クーポン対商品**
- 大人なレモンケーキ 230円
- 塩レモンパウム 300円
- 瀬戸内レモンひとくちゼリー 400円



文月は、七夕祭りに習字が上手くなるようにと短冊に歌や文字を書いたのが始まりです。短冊の紙の色は、五色（赤、緑、黄、紫、白）の陰陽五行の色。それをイメージした文月デリランチ。赤と黄のパプリカを飾ったグリーンサラダは、カッターチーズ風の崩した堅豆腐と一緒に。さっぱり美味しいうま味とキュウリの湯葉マリネ、特製ねぎ塩レモンだれの大豆唐揚げ。暑くなってきたこの時期にピッタリな爽やかなメニューがたくさん。お豆腐と鮮やかな夏野菜パワーで元気に過ごせるよう願いを込めました。

7月4日～
おいしいそうなデリランチ!!
レストラン 文月夏のカラフルデリランチ
1080円

新商品案内

■きらずぼう 梅じお 300円

きらず揚げの姉妹ブランド「きらずぼう」に新フレーバーが発売！香り華やか梅じお味。国産小麦、国産大豆100%のおからで作った嚼めば嚼むほどに味わい深くクセになるお菓子です。

■愛知県産黒大豆 黒納豆 200円 / 赤大豆 赤納豆 180円

愛知県産の赤大豆・黒大豆を丁寧に蒸し上げ、ふっくら納豆に仕上げました。しょうゆに、鰹節、椎茸、昆布、煮干を丁寧に煮出した出汁を合わせた国産原料のしょうゆタレ付。

■豆乳白玉こんにやく 500円

やわらかい豆乳白玉こんにやくにきな粉と黒蜜をかけたデザートこんにやく。夏限定販売。



青空朝市 7月4日(土) 朝7~9時 高浜本店 青空朝市は開催予定

同日開催 大豆の種まき体験 参加者募集 (参加費無料)

豆腐の原料である大豆の種まきを行います。家族やお友達と一緒に参加してください。

日時：7月4日(土) 朝8~10時(受付：朝市会場) 大豆畑：おとうふ工房いしかわ 大まめ蔵より徒歩1分

服装：汚れてもいい服装(前日が雨の時は、長靴があると便利) 参加者プレゼント：家庭栽培用の育苗用ポットと大豆

お得に買えて、うれしいスタンプカード**2倍デー!!**

まめの市 6月26日(金)・7月4日(土)・5日(日)・12日(日)

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.otoufu.co.jp>

店舗クーポン

- 1枚につき4袋まで
- 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
- 弊社直営店のみ利用可能
- メグリア店・十勝農場店・ぐうびひろば店を除く

有効期限：2020年
6月26日～7月23日

究極のきぬ
至高のもめん
450g大葉付

30円引

有効期限：2020年
6月26日～7月23日

冷やっこ
笹とうふ

30円引

有効期限：2020年
6月26日～7月23日

豆腐がもっと
旨くなる
塩ごま油

30円引

有効期限：2020年
6月26日～7月23日

おとうふ
レモンドーナツ
4個入

30円引

有効期限：2020年
6月26日～7月23日

堅とうふ
140g×2

30円引

有効期限：2020年
6月26日～7月23日

豆腐百珍
豆腐
ステーキ

50円引