

まめぞうマガジン



立春 2月4日
初めて春の兆しが現れてくる頃

雨水 2月19日
降る雪が雨へと変わり水が溶け出す頃

ちよつとだけ役に立つまめな話題、穏やかで豊かな生活をご提案



菜の花畑寄せ豆腐

春の菜の花畑をイメージした錦糸卵の黄色の下には、菜の花のおひたし、わかめ、蓮根、しいたけと揚げの旨煮を敷いて仕上げにプリプリの海老を添えました。

この時期に食べたい豆腐料理があります。それは「温やっこ」。鍋はもうすっかり食べ飽きた時期なので、土鍋は来シズンまでお休みにしましょう。温めた豆腐に旬の味わいをとろみをつけてたっぷり乗せた料理は、栄養満点。豆腐を温めるとときは、電子レンジで簡単手抜き調理。庫にある野菜でササッとフライパン一つで簡単に（写真右下）。今回の名脇役のホタテは、ちょうど旬の食材でたんぱく質が多くコレスステロールも少ないのでたくさん食べても安心?タウリンや亜鉛、ビタミンB1も多くて体内バランスを維持するにも好適な食材です。特に今年は、政治的な問題で市場にお値打ちに出回ったホタテの貝柱をたくさん買って水産業を応援したいものです。これに九条ネギを合わせれば、風邪対策にもばっちり。八百屋さんの店頭で菜の花を見つけたら、ぜひ一緒に使いたい食材ですね。春色のお皿にもって、いただきましょう。小さな春の愛音が聞こえてきました。

recipe

如月豆腐ホタテの温やっこ



材料(4人前)

絹豆腐	1丁、水	適量、酒	大さじ1、塩麹	小さじ2、チングン菜
さじ2、チングン菜	1/2株、ホタテ缶	1缶、生	1/2株、ホタテ缶	1缶、生
姜・醤油・水溶き片栗粉	適量			

- ① フライパンに水と酒を入れてお湯を沸かし、塩麹を入れ、チングン菜を茹でる。
- ② 豆腐は食べやすい大きさに切り、①に入れ、ひと煮立ちさせる。
- ③ ホタテ缶と針状に切った生姜を入れ、醤油で味を整え、弱火にして水溶き片栗粉を加える。

伝匠豆腐 愛知県産 ふくゆたかきぬ・もめん

「旨い、安全、安心」国産大豆100%の豆乳をにぎり寄せ。この基本に忠実に、シンプルな原料だからこそ、原料の良さを活かすよう、丁寧に作り上げました。日本の伝統的な豆腐作りを大切に伝えていきたい、そんな想いが込められたおとうふが「伝匠豆腐」です。



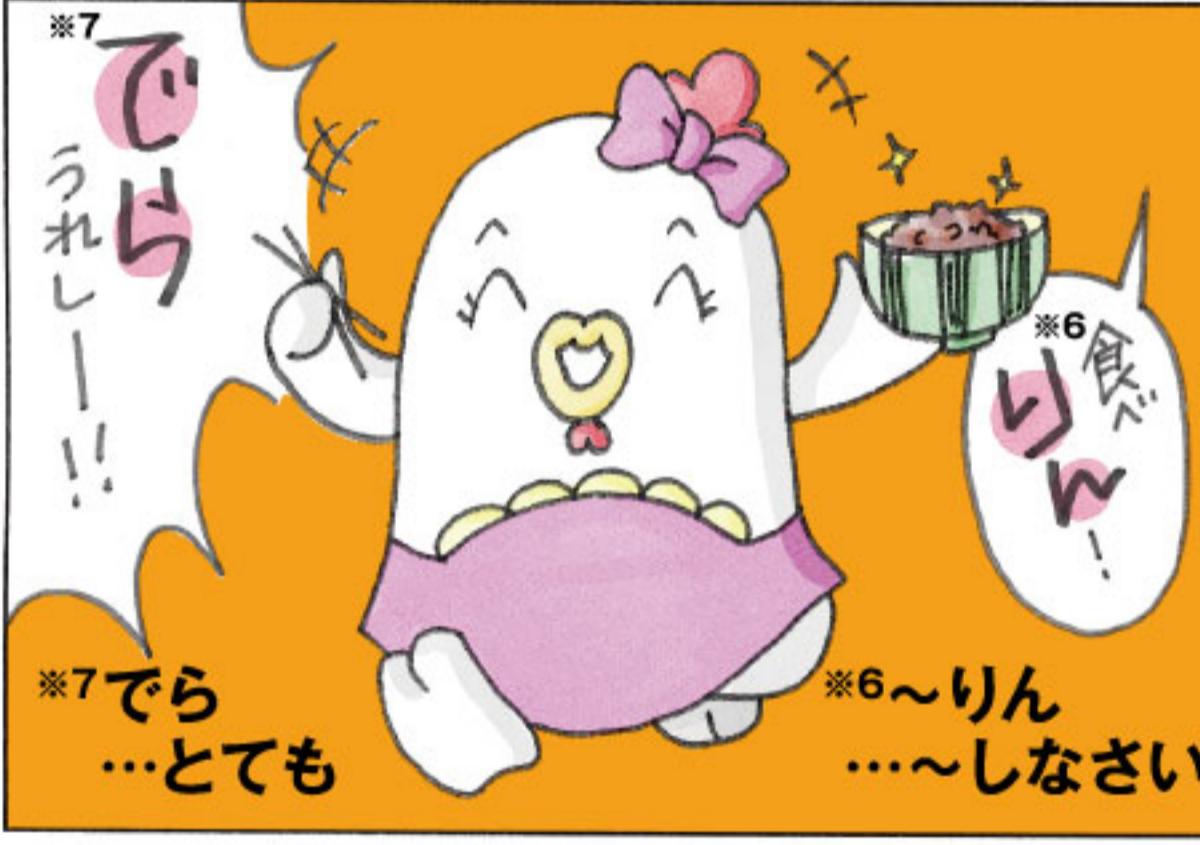
これからも、美味しいおとうふを通して、生産者の「どうぞ」と消費者の「ありがとうございます」といできます。

ここでは、農業を行う意味付けのきっかけとなればと思います。そして、未来の子どもたちへ食のバトンをつないでいく。これが豆腐屋としての与えられた使命であろうと考え、行動していきます。

豆を年間約3,300t使用し、そのうち契約栽培数量は約2,500t、そのすべてを国产大豆のみで賄っています。私たちの企業理念の一つに「日本の農業を応援したい」ということを掲げています。国产大豆のみを使用している私たちだからこそ、より強くこの想いを抱くのでしょうか。

豆腐をつくるためには原料となる大豆がなければ商売は成り立ちません。つまり国产大豆のみを使用することにこだわっている私たちは農家さんがいなければ美味しい豆腐を皆さんへお届けすることができない。だから、農家さんが持続的に農業活動へ邁進できるような環境をつくる必要がある。安定的な仕入れ、顔の見える関係、自分の作った農産物がどこに行くのか、様々な面で農業を行う意味付けのきっかけとなればと思います。





編集後記

おとうふ工房いしかわの4つの企業理念として「農業」「環境」「食文化」「地域貢献」の課題解決を掲げています。その中の「食文化」については、日本古来の歳時記に基づいたものや地域に根付く風土的なもの、何より私たちの主原料の大納豆にまつわるものを軸に活動を行っています。コロナ禍で休眠していた「まめと暮らしの研究所」や「南三河食文化研究会」の活動再開もあって、2024年より毎月定期的に情報提供の場所としてフリーペーパーの発刊をしてまいります。内容も「食文化」や当社の商品情報に加えて「日本の大豆農業」「リサイクル活動」「子どもと障がい者支援」を加えたものにしたまめぞう的ライフスタイルコラム紙です。同時にWEB版として当社HPの掲載やメールマガ、インスタなどのSNS配信も順次行います。是非こちらもご愛顧いただけますようにお願い申し上げます。

おとうふ工房いしかわで使用している大豆の一部は、北海道士幌町産です。その士幌町で一番の産業である酪農。仲の良い農家さんから、最近では牛乳が売れなくなっている。昔と違つて、必需品から嗜好品に変わつていて、人気を誇る「芳醇とうふごま」。香り高い素材そのものの風味を活かした寄せとうふシリーズの中でも、1年を通して絶大な人気を誇る「芳醇とうふごま」。香り高い引き立つ濃厚な豆腐に仕上げ国産大豆100%、にぎり寄せにこだわった寄せ豆腐です。冷やっことして醤油、ネギや生姜などの薬味を組み合わせるのは定番ですが、この時期はレンチンで簡単に温やっこにしてみてください。ごまの風味がより一層引き立ち、違いの分かる逸品へ大変貌。おかげが足りない!そんな時は、簡単にできる副菜として「白和え」がオススメ。ごまの風味豊かな豆腐なので、材料にすりごまいらすで便利です。「芳醇とうふごま」と「白和えの素」を入れよく混ぜ合わせ、なじませるだけで簡単に美味しい白和えの出来上がり。お好みで旬の野菜やひじきなどを加えてお召し上がりください。

*豆腐を温める際はフィルムをあけてください。



国産大豆
100%使用の
自家製豆乳を使いました

ミルク寒天

2月の新商品

の人気商品となっています。さわやかで優しい甘さなので、そのままでも美味しくお召し上がりいただけますが、ちょっとひと手間アレンジでフルーツを添えたり、ジャムやはちみつをかけて食べてもおいしいですよ♪

2月のおすすめ商品

おとうふ工房いしかわ本社の隣町、碧南市では、人参収穫が最盛期を迎えています。人参をたっぷり使った「にんじんごはん」は西三河の郷土料理として、親しまれています。お母さんたちにとっては、食材感もあります。お湯をかけてお茶漬けにして食べるというが、この地域の懐かしの味でもあります。西尾市では、「下味をつけて炊くことから「したじ飯」、高浜市では、「高浜とりめし」として親しまれています。いずれの混ぜごはんも、具材は似ており、地域によつて呼び名が異なります。いずれの



芳醇とうふごま

素材そのものの風味を活かした寄せとうふシリーズの中でも、1年を通して絶大な人気を誇る「芳醇とうふごま」。香り高い練りごまとごま油を使用することで、香り

には、お湯をかけてお茶漬けにして食べるというが、この地域の懐かしの味でもあります。西尾市では、「下味をつけて炊くことから「したじ飯」、高浜市では、「高浜とりめし」として親しまれています。いずれの混ぜごはんも、具材は似ており、地域によつて呼び名が異なります。いずれの

特徴は、焼き込みではなく、鶏脂で具材を炒め、たまり醤油と砂糖で味付けした具材を後から加える、混ぜごはんです。この地域は、昔から養鶏業が盛んな地域で、卵が産めなくなつた親鶏を食す工夫として生まれた料理。今まで農水省が取り



2024年1月1日に起きた「能登半島地震」で被災された方々の支援活動として募金を行っています。

1月6日(土) 本社駐車場で行われた朝市で「チャリティーボウリング」の売上全額と当日募金していただいた総額14,503円と当社からの募金10万円を足した114,503円を中日新聞を通じて1月15日に寄付いたしました。引き続きチャリティーアイベントや店頭での募金を行ってまいります。ご協力お願いします。

義援金活動を始めました

料理し、味わうとの大切さを日常で大切にしたいものです。



うちの混ぜごはん

郷土料理

組む、「100年続く食文化」「100年ファード」近代部門にも登録され、未来へ伝えていきたい故郷の味として愛されています。人類に必要な栄養素である、糖質、たんぱく質、脂質を、麦やとうもろこし、穀類、肉魚を中心とするのは日本人らしい食文化です。米をそのまま炊く、発酵させて酒にする。さらに

おとうふ工房いしかわ公式LINE会員募集中!
イベント・お得情報をお知らせします



株式会社おとうふ工房いしかわ

〒444-1304 愛知県高浜市豊田町1丁目204-21
TEL 0566-54-0330 FAX 0566-54-0331
<https://otoufu.co.jp/>

