

豆腐

その旨味を探る

豆腐は古くから日本で親しまれてきた食べ物であり、冷や奴や湯豆腐などは今でも広く食べられています。がんと向き、油揚げなど昔ながらの加工法に加え、最近では“豆乳ドーナツ”や“豆乳ソフトクリーム”など新しい食べ方も多く考案されています。特に京都では昔から寺社とともに豆腐文化が栄え、今でも多くのお豆腐屋さんが店を構えています。時代を経ても変わらず人々に愛される豆腐、その“旨味”を探ってみました。(ココアリキュール)

お豆腐屋さんに聞く 豆腐の美味しさの理由

嵯峨豆腐森嘉

森井 源一さんのお話

都として栄えてきた京都には新しい素材がいち早く集まり、それらの加工技術が発達していきました。豆腐も同様に、味の改良を重ねておいしくなっていたのだと思います。さらに、京都は豆腐作りに欠かせない良質の水に恵まれていました。だから「京都の豆腐はおいしい」と言われるのでしょう。他の地方の豆腐は少し固めのものが多いのに対して、京都の豆腐はやわらかいです。それが印象的で、「京都の豆腐はよい」とみなさん

とようけ屋山本

山本 久仁佳さんのお話



北野天満宮の近くにあるお店。豆腐はもちろん、揚げ豆腐や豆乳ヨーグルトも人気。

京都の豆腐は、戦争を境に大きく変わりました。豆腐を固める際に使う“にがり”が戦争中手に入らなくなり、代わりに中国で使われていた“すまし粉”を使うようになりました。さらに戦後、嵯峨

豆腐作りにおいては、「穀物の甘みを自然に出すように作る」ことを心がけています。豆腐の85%くらいは水でできています。だから含まれる水が重要なのです。うちの場合は地下水を汲み上げて使っています。硬度が高く無味無臭なので、大豆が持つ味をそのまま引き出せるんですよ。また、豆腐を固めるときに“すまし粉”（食用石膏）を使っています。にがりで固めると水ようかんのようなどろっとした食感の豆腐になりますが、すまし粉を使うとなめらかでこしのある豆腐

の森嘉さんが工夫をこらし、木綿とも絹ごしともいえないやわらかい豆腐を発明したのです。やがて京都中の豆腐屋がそれをまねるようになりました。

おいしい豆腐を作る条件は、豆・水・豆を炊くときの火力・釜の構造ですね。それにさらに職人の技術がいます。同じやり方でも条件が変わればできあがり

が違うので、その都度加減が必要です。京都は今でも全国的に豆腐のレベルが高く、特に油揚げの技術は全国で屈指だと思います。他の地方ではあまり食べられないようですが、京都では野菜と一緒に炊いたりしょうゆをかけたりして日常的によく食べられるんですね。

数ある京都のお豆腐屋さんのうち、味に定評のある老舗「嵯峨豆腐森嘉」[とようけ屋山本]の2軒をピックアップ。京都の豆腐が美味しいと言われる理由や、おいしい豆腐を作る条件などを聞いてみました。



独特のやわらかいお豆腐が人気のお店。川端康成が作品中で紹介したことで一躍有名になった。

腐ができるんです。無味無臭なので大豆の甘みもそのままです。

今は国産大豆の生産量がとても少ないので、大量生産で品質が安定する外国産大豆とブレンドして使っています。国産も外国産もそれぞれよさがあるので、両方を活かす工夫をしています。

京都市上京区七本松通一条上る滝ヶ鼻町429番地5
TEL: 075-462-1315
<http://www.toyoukeya.co.jp>
豆腐に関する詳しい話や、京都のお豆腐屋さんを紹介しています。

近頃では豆乳が食材として用いられるようになりました。うちでも豆乳とカスピ海ヨーグルトを使った“豆乳ヨーグルト”を作っています。大豆のよさとヨーグルトのよさを兼ね備えたものを目指しました。生の豆腐は味がなく、苦手な人もいますが、味付け次第で様々におしく食べられるようになります。昔から豆腐の食べ方はいろいろ考えられてきましたし、近年では洋風の味付けも見られます。おいしい食べ方を知って、多くの人

手づくり湯葉・豆腐を体験

①豆乳を温めよう

まず、鍋に豆乳を入れる。後で豆腐を作ることを考えると、お豆腐屋さんで売っている成分無調整のものがよさそう。今回は、豆腐料理店でも素材として使われている、とようけ屋さんの豆乳を使うことにした。量はそれほど多くなくてよく、底から3cm程度の深さになるくらい入れればよい。

弱火でゆっくりと豆乳を温める。底のほうがかげないように、少しかきまぜるとよい。しばらくすると湯気がでてくるので、火を消して豆乳を冷ますと、表面に薄く膜が張る。これが湯葉だ。



③豆乳鍋を楽しもう

4、5回ほど湯葉をすくった後、だし汁を加えて“豆乳鍋”に挑戦。豚肉やしいたけ、ニンジンや白菜を入れて煮込む。味付けはだしのみ。温められて固まった豆乳がほどよくからまり、ほのかに甘く、あっさりとした味になる。とても体によさそうな鍋だ。



豆乳鍋をする時に気をつけたいのが、“酸”を加えないこと。酸によって豆乳のタンパク質が固まってしまい、鍋ができなくなるからだ。ポン酢などは鍋に入れないよう注意。

②湯葉をすくおう

早速すくって食べる。何もつけずに食べたら、豆乳のまろやかな甘みがした。そのまま食べるのもよいし、だし醤油などにつけて食べてもおいしそう。

最初はなかなか箸にひっかからないが、こつをつかむと、鍋いっぱい張った大きくて厚みのある湯葉をうまくすくうことができるようになる。温めては冷まし、湯葉をすくってまた温める。単純な作業だが、何度も張る湯葉をすくうのがだんだん楽しくなってくる。



④いよいよ豆腐作り

そして最後ににがりを加えて、豆腐を作る。「本当は豆腐屋がこんなこと教えちゃいけないんだけど」と笑いながら、森井さんが豆乳を固めるコツを教えてくれた。「にがりは少量でもすぐにタンパク質を固めるので、入れたら全体に広がるように素早く混ぜるとよい」

にがりを入れて、息をひそめて見守っていると、少しずつ豆乳が固まっていく。“おぼろ豆腐”という、汁気のあるやわらかい豆腐ができる。何もつけずに一口食べてみる。鍋のだしのためか、少し味が濃いようだ。まさに世界で一つしかない、自分オリジナルの豆腐。そう思うと感動もひとしおである。



はみだし
すてーじ

落花生は土に埋まっているらしい
⇒落ちていくかのように花をつけた蔓が下に向かって伸び、土中に潜って新しい生を宿した種を秘めた実をつけるからこの名がついた
(工・4 ベータ)

はみだし
すてーじ

『ココア鯛焼きぜんざい』を注文したら「一つずつですか？」と聞かれ、「いや、『ココア鯛焼きぜんざい』をください！」…そんな一年前をなつかしく思い出してみたりしなかつたり。
⇒ばらばらに食べてもお腹の中では一つになりますもんね。
(工・2 だよね)