

とっとりふるさと探検 たんけん



とっとりし がっこうきゅうしょく センターでは、まいつき にち しょくいく ひ たんけん じもと しょくざい を活用した献立を こんだて ていきょう 提供しています。9月の食材は、がつ しょくざい まんよう さと こくふちょう あめだき しょうかい を紹介します。

あめだき 雨滝ゆば



あめだき 雨滝ゆばは、あめだき ちか の「とうふ 工房雨滝」で作られています。

あめだき 雨滝ゆばのこだわり

じもと ざいりょう とっとりけんさん だいず 「サチユタカ」と、あめだき みず を使っています。



むかし せいほう げんりょう とくにゅう つく とき むかし 「生絞り製法」で作っています。だいず しが せいぶん を取り除き、だいずほんらい ふうみ さいだいげん ひ だ を最大限に引き出します。

ゆばは、だいず えいよう がつまった 栄養価の高い食品です。肌の調子を えいようか たか しょくひん はだ ちょうし 整え、骨を丈夫にする 働きの ある 「イソフラボン」が豊富です。

ゆばができるまで



とうにゅう リットル キログラム ※豆乳8ℓ から1kgのゆばができます。



だいず みず くわ 大豆に水を加えながら、すりつぶして豆乳をつくります。



とうにゅう と 豆乳を「ゆば取りトレイ」に入れて加熱します。



うえ は 上に張ったゆばをすくって冷蔵庫で冷やします。



ほうちよう 包丁でカットして包装します。



せいさんしゃ やま の 生産者の山野さん

とっとりけんさんだいず あめだき みず 鳥取県産大豆と雨滝の水を使用したこだわりのあるゆばを作っています。たくさんの人に食べてもらえるとうれしいです。

こうぼうあめだき とうふ とくにゅう 「とうふ 工房雨滝」では、豆腐や豆乳ドーナツなども作っています。(山野さんより)