

# 見て〇〇感じて♡食べてみよう!! ~里山の食文化を受け継いで...真砂の豆腐づくり~



今回紹介するのは、有限会社 真砂んです。  
2000年に設立され、今年で27年目。里山の  
家庭で受け継がれてきた豆腐づくりの技術を  
活かして、どこか懐かしい味のする、こだわりの豆腐をつくっています。



おおたにま ちこ 大谷真智子さん  
わたなべこういち 渡辺孝一さん  
おおかざとみこ 岡崎智子さん  
じょうひらいくろう 城平幾郎さん  
だいひら いわいけんろう 代表 岩井賢朗さん

## 真砂豆腐のつくり方

① 一晩中水に漬けた大豆をすりつぶす

ポイント / ふたを開けて煮るので高温になりすぎない。昔ながらのつくり方

この日は、島根県産、宮城県産、青森県産のブレンド

② 釜で煮る

③ しぼり木綿で豆乳とおからに分ける

④ にがりを入れる

職人の甚だにがりの量を調整する

⑤ 木綿を敷いた箱に入れ

上から押して固める

1回に60丁つくる。

⑥ 一丁の大きさに切り

パックに入れて完成!!

Q. 真砂豆腐の特長は?

A. 釜でふたを開けながら煮ることです。加熱時間はかかりますが、伝統的なつくり方にこだわっています。こげの香りが、他の豆腐にはない風味になり、おいしいと言ってくれるお客さんも多いです。

Q. 給食を食べる子どもたちへメッセージを!

A. 地域の食文化を受け継いで、どこの地域にもない豆腐をつくっています。どこの町も一緒に地域性がなくなってきます。益田では、当たり前だと考えているかもしれないけど、そうではないかもしれない。帰ってきたいと思える町になるように、地元のものを食べるのは、とても大事なことですよ!!



取材も終えて...  
給食で味わう地域の食文化が、子どもたちの心に残り「いつか帰ってきたい町」の思い出のひとつになりますように、バリエーションをこめてつくります!!