

型崩れせず
使いやすい！

もめん豆腐

お気に入りの商品や、料理方法など、組合員さんから寄せられた声を伝えて広げる「わが家のいちよし活動」。
今回は、「もめん豆腐」に寄せられた組合員さんの声や、アレンジレシピをご紹介します。

もめん豆腐に寄せられた

組合員さんの声

調理しやすい！
(山口市 るるゆうさん)
ほかの豆腐よりも味がしつかりしています！炒めたりしても割れることが少ないので調理しやすいです。

絶対にコレ！

(山口市 N.Yさん)
麻婆豆腐には絶対にコレですー濃い味付けの料理でも豆腐のおいしさをしっかりと感じられるので大好きです♡



かさ増しレシピにも重宝

(岩国市 M.Hさん)
充填豆腐の方が便利なサイズで日持ちしますが、「けんちん汁」や「白あじ」にはやっぱりもめん豆腐でないと。ミンチと混ぜてかさ増しするのにも重宝するんですよね！

大豆のおいしさ際立つ

(山口市 N.Iさん)
パックの一片に切り込みを入れて、シ

ンクの淵に立てて水をしっかりと切り、けんちん汁に使うのが好きです。もめんだからしっかりとれているし、ダイレクトな大豆の風味が味わえ、けんちん汁に良く合います。

アレンジたくさん！

(山口市 K.Iさん)
豆腐らしい豆腐で一番おいしいと思います。キムチをのせたり、かつお節と小ネギをのせたりして冷奴で頂きます。他にもレンジで加熱して、大根おろしとネギを添えてポン酢で湯豆腐にしたりします。



お豆腐サイコー！

(山口市 こぶたちんさん)
あの価格にしてあの香り、そしてあの絶妙な固さ……。このお豆腐はサイコーです。特に物心ついた時からこのお豆腐しか食べていなかった20歳の次女は、他のお豆腐は受け付けません！



原料は「ボブさんとその仲間たち」が作っています！

原料の大豆は、コープが指定したロバート・シナーさん(通称ボブさん)を中心とした契約農家(アメリカノースダコタ州とウィスコンシン州)で収穫されたもの。ボブさんの農場では、**分別生産流通管理済みの大豆**を栽培しています。



▲2013年生協まつりにて

美味しさのため、あえて手間のかかる製法にこだわりました

「他にはない昔ながらの豆腐をお届けしたい!」というメーカーさんの熱い想いと、組合員さんの「おいしい豆腐を食べたい」という願いから誕生した「もめん豆腐」。生呉(大豆をすりつぶし水と混ぜてできるもの)を**加熱せずにしぼる“生しぼり製法”**とニガリを使い、昔ながらの味と大豆本来の風味が生きたお豆腐です。



価格も味も大満足!

もめん豆腐は安いのに栄養もあるのでオススメです!豚こま肉と炒めて肉豆腐にしたり、豆腐ハンバーグにしたりします。かさましにもなるし、美味しいので一石二鳥です♡ (周南市 Rさん)

＊コープやまぐち もめん豆腐 毎週 店舗 取扱い



【今回のテーマ】 豆腐のアレンジレシピ

かに玉風ハンバーグ

(周南市 F.Nさん)
もめん豆腐1丁をしっかりと水切して、たまご1個、カニカマ1パック、しめじ半分、片栗粉大さじ1、塩、こしょう少々で味付けして手でハンバーグ状に丸めてフライパンでこんがり焼きます。カニカマがおいしい味を出してくれます。ポン酢やお醤油を少したらして食べてもおいしいです。



かに風味フレーク 宅配予定 7月3回 店舗 取扱い

お豆腐のベーコン巻き

(山口市 まみーちゃん)
ゆでて水切りしたもめん豆腐(細長くカット)に塩こしょうをし、小麦粉をつけ、ベーコンで巻き、バターで焼く。わが家の簡単で人気メニューです。



ベーコン 宅配予定 7月3回 店舗 取扱い

お豆腐ホットケーキ

(防府市 Y.Sさん)
わが家では豆腐をホットケーキの中に入れてます。豆腐を入れるとフワフワ食感になり、豆腐を入れていないホットケーキよりも子どもたちがたくさん食べてくれます。たんぱく質も摂れて美味しので嬉しいですね。



北海道産小麦のホットケーキミックス 宅配予定 7月3回 店舗 取扱い

揚げ出し豆腐

(山口市 ロト6さん)
コープのもめん豆腐は揚げ出し豆腐にするためちやおいしいです。豆腐がしつかりしているので揚げる時も崩れず、片栗粉を付けやすくわが家ではお気に入りの一品です！



顆粒片栗粉 宅配予定 7月3回 店舗 取扱い

お豆腐チーズ

(下関市 hirooさん)
もめん豆腐が大好きで、いろんな料理に使っています！よく作る豆腐チーズは、水切りした豆腐(半丁)にめんつゆとチーズをかけてレンジで1分間加熱。ねぎや黒こしょうをかけて食べても美味しいですよ。



とろけるゴーダシュレッドチーズ 宅配予定 7月3回 店舗 取扱い

お豆腐サラダ

(山口市 M.Tさん)
豆腐のレシピにはいつも悩みます。最近は、レタスなどのサラダに入れてパリパリの乾麺をのせ、胡麻ドレッシングで食べられています。



深煎り胡麻ドレッシング 宅配予定 8月1回 店舗 取扱い

表紙の料理レシピのご紹介

豆腐の豚肉巻き

材料(2人分)
もめん豆腐・200g / 大葉・8枚 / 豚バラスライス・8枚 / 片栗粉・適量 / サラダ油・大さじ1
A 酒・大さじ1 / みりん・大さじ2 / しょうゆ・大さじ2 / 砂糖・小さじ1
作り方
①豆腐は重しをして水切りをしておき、8等分に切る。
②豆腐1切ずつに大葉、豚肉を順に巻き、片栗粉をまぶす。
③フライパンにサラダ油を熱し、②の巻き終わりを下にして、並べて焼く。
④転がしながら全体に焼き色をつけたら、**A**を加えて煮からめる。
★小ねぎや白ごま、おろし生姜等、お好みのトッピングでどうぞ。

豆腐とアボカドのサラダ

材料(2人分)
もめん豆腐・1/2丁 / アボカド・1/2個 / ミニトマト・4個 / 刻みのり・適量
A 美油・小さじ2 / ポン酢・小さじ2 / すりごま・小さじ1 / わさび・適量
作り方
①豆腐は重しをして水切りをしておく。
②アボカドは皮をむき、一口大に切る。ミニトマトは半分に切る。
③豆腐も一口大に切り、器に②と共に盛り付ける。
④**A**を合わせて、食べる直前にかけ、のりを散らす。
★わさびの代わりに、おろし生姜でさっぱりとアレンジしてもOK！



次回は「ふれあい米」に関するエピソードや、「はなのお供といえはコレ！」という商品をご紹介します。

