

お元気ですか
おでかけみれいん♪Ⅱ





このたび縁あって豆撰さんと出会い、「おてがみれしひ」に絵を描かせていただきました。油揚げの絵は、店先に道具を持ち込み、一日かけて現場で仕上げました。味見させていただいた油揚げは、油の風味が軽やかで、豆の味がしっかりと感じられました。また、試作品という豆乳抹茶プリンは、きわめてなめらかな舌触りもさることながら、豆乳と抹茶が意外なほど相性が良く、たいへんおいしくいただきました。新潟県産の大豆のなかでも、とくに栃尾産の大豆にこだわった取り組みも始めていらっしゃるそうです。絵の中にも、栃尾の大豆を登場させてみました。

わたしは栃尾には何度も訪れてきました。最初はエリアがわりと決まっていました。大町・新町・表町あたりの昔ながらの雁木の町並みや、秋葉公園、美術館など。カーブの多い町並みは味わい深く、また雁木ごとに人々があいさつを交わす様子など、心がなごみます。神明橋をスケッチに描いたこともあります。

近年になると、栃尾の他のエリアにも関わりが増えてきました。一之貝では知人が農業活動をしています。里山は町場とはまた違う暮らしがあるようですね。そして今回は、豆撰さんのある栄町付近を歩きました。

「とつてつ」の面影を残したバスター・ミナルは郷愁をさせています。豆撰さんの裏手にある山から見下ろした栃尾の町の光景は、秋のすがすがしさもあり、心が晴れるような眺めでした。栃尾は山のてのひらに抱かれているようでもあり、また川と暮らしが近く、とても独特な景観を持っていると思います。

豆撰さんの店頭には工夫をこらした商品がたくさん並び、人々が続々と買い物に訪れます。豆撰さんを知り、わたしも栃尾で立ち寄りたい場所を、またひとつ増やすことができました。

野田英世（長岡在住、建築士・スケッチ画家）

お元気ですか。

『おてがみれしひ』を手にどうていただきてありがとうございます。

2013年秋に続いて、まさか二通目のおてがみれしひをお届けすることができます。おてがみれしひをお届けすることができるのは思いもせず、恥ずかしい気持ちと嬉しい気持ちが重なつております。これも、豆撰をご愛顧いただいているお客様のおかげと、心より感謝申し上げます。

思ひ返せば25年前。柄尾の伝統を引き継ぐ覚悟と美味しいものをつくりたいという情熱を持った若者が集りました。豆撰の前社長と現社長、そして私の三人です。「柄尾で一番美味しいと言われる油揚げをつくる」という夢を実現させようと、妹や父母、叔母達にも協力してもらい、柄尾の油揚げ「豆撰」を立ち上げました。

当時の柄尾の油揚げは、ほとんどがアメリカ産や中国産の大豆でつくられていました。調べてみると昭和36年頃からそ

うだつたようです。そこで、私たちは新潟産大豆100%にこだわった、昔ながらの柄尾の油揚げをつくることを豆撰の信条にしようと決めました。

ところが、そんな意気込みとは裏腹に、私たちがつくりたいと思う油揚げができない日々が続きます。早朝から深夜まで、とにかく必死につくり続けましたが、

できあがるのは失敗作ばかり。山と積まれた失敗作の油揚げを見ては、「こんなはずではなかつた」と泣き叫びたくなるような毎日でした。

私たちが納得する油揚げができるあがるまでの日々を振り返ると、今でも昨日のことのように、心も体も疲れ果てていた

感覚がよみがえり、涙がとめどなくこぼれてしまします。でも、そうした苦しい日々を乗り越えられたからこそ、こうして皆様におてがみをお届けできるのだ

と思い、その喜びをかみしめております。

今回は、柄尾産の大豆でつくった柄尾の油揚げとオリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げについて書きました。柄尾産の大豆でつくることで柄尾の油揚げの伝統を守り続け、その一方で進化させるためにオリーブオイルを使う。豆撰が力を注いでいるこのふたつの挑戦とそこに込めた想いを皆様にお届けできたらいいなと思い、おてがみれしひ2をつくりました。

もちろん、前回同様、柄尾の油揚げを美味しく召し上がるためのレシピも紹介します。柄尾産大豆でつくった油揚げとオリーブオイルで揚げた油揚げを中心、手軽にできるヘルシーなメニューとなっていますので、ぜひあわせてご覧ください。

豆撰 夕田礼子

第一部

「栃尾産の大豆で油揚げを つくりたかった」

少し、昔の話をします。

昭和29年に私は生まれました。生まれた家は農家でした。当時の農家は、專業農家と兼業農家が半々でしたが、子供の頃の私は專業農家に生まれたことを恥ずかしいと思つていました。なぜなら、ズボンの膝には当て布をし、靴下にもよく穴が開いていましたから……。母は毎日夜なべをして、私や家族の着るものを見つけていました。冬になると、あかぎれで手はぶつくりと腫れ、縫い物はとても大変そうでした。

私が住んでいた村には、お店が二軒ありました。ひとつは「塩」と書かれた看板を掲げている何でも屋さんで、もう一軒はお酒とたばこを置いている、どちらも何でも屋さん。どちらのお店にも、食べ物を陳列するためのガラス戸のケースがあり、その中に10枚ほどの油揚げがあり並べられていました。お豆腐は、掛け水の流れる水槽の中に入れられて売られていきました。そこにお鍋を持つてお豆腐一丁と油揚げ一枚を買いに行くのが、子供の頃の私の仕事でした。

お店のおばさんが新聞紙でくるくると

包んだ油揚げと一緒に、時々お手伝いのご褒美だと駄菓子をひとつくれることがあり、とても嬉しかったことを憶えています。

栃尾の街には今も雁木通りがあります。当時はそこにたくさんのお揚げ屋さんが並んでいましたが、街から離れた村やもつと離れた山間にあるよろず屋さんでも油揚げが売られていました。また、お店の商品を配達する自転車の荷台に油揚げの入った木箱を載せて、行商のように売っていました。油揚げはそのくらい栃尾の食卓に欠かせないものだつたのです。

私が豆撰で栃尾産の大豆で油揚げをくりたいと思ったのは、こうしたとても大切な想い出があつたからです。何でも屋さんでガラス戸のケースに入っていた油揚げの味が忘れられないからなのです。

栃尾の油揚げは、江戸時代からつくり続けられているといわれていますが、その当時も私が子供の頃も、油揚げは栃尾で収穫された大豆でつくられていたはずです。私が子供の頃に食べていて油揚げの味は、栃尾の畑で育つた大豆の味なのです。あの味をもう一度味わいたいと

思うと同時に、お客様にもその「正真正銘」の柄尾の油揚げを食べていただきたいと思いました。

そして、柄尾産の大豆でつくった油揚げをお客様に食べていただくことが、柄尾の油揚げの伝統を「真」に守ることにつながるのならば、豆撰で実現させたいと思つたのです。

とはいっても、柄尾にはもう何年も油揚げをつくれるほどの大豆を栽培する農家はいませんでした。そのため、大豆をつくるところから始めなければならず、実現への道が遠く険しいことは誰の目にも明らかでした。でも、あきらめることはできませんでした。なぜなら、私にとって柄尾の大豆で油揚げをつくることは、どうしても実現させたい夢でもあったからです。

柄尾の大豆でつくった油揚げは、きっと高齢の方は昔を思い、柄尾を離れた若い人たちが故郷を、外国で働く人ならば祖国を感じることでしょう。

夢は叶えるものであり、未来に向けたものだといわれますが、こうして自分の生きてきた道を振り返り、想い出すこと

も夢をみることなのではないかと私は思つています。たつた一枚の油揚げで、そんな心和む癒し(夢)の時間を感じてほしい…。それが私の「夢」だつたのです。

さて、柄尾での大豆づくりに挑戦してから四年(平成26年現在)、まだ販売できる数は少ないですが、たくさんの方のお力を借りて「柄尾産大豆でつくった柄尾の油揚げ」をお客様にお届けすることができるようになりました。

今後、もっとたくさんのお客様にお届けできるよう、豆撰の使命として柄尾産大豆の油揚げをつくり続けていきたいと思っています。



昭和30年代、生活必需品である塩の安定供給のため、販売は専売公社が管理していた。そのため、塩を販売できる店はその印として「塩」と書かれた看板を掲げていた。1997年に専売制は廃止、2002年には販売が完全自由化になったが、写真のように今でも柄尾には看板が残っている店がある

大豆作りスタート

耕作放棄地を活用
3年後採算目指す

栃尾産大豆は こうしてつくられています

豆撰の栃尾産大豆への想いは先述した通りですが、想いだけでは前に進みません。実際、何も進められないまま時間が経過していました。

そんな中、「栃尾 食と農の連携プロジェクト」が平成22年に立ち上がりました（前ページの下段新聞記事参照）。このプロジェクトは、栃尾市や農協の支援を受け、地元農業や飲食業、食品製造業が連携し、「栃尾産の原料にこだわった油揚げ」による地域起こしを目的とするものでした。まさに豆撰が抱いていた想いを実現するチャンスが訪れたのです。もちろん、豆撰はこのプロジェクトの参画に真っ先に手を上げました。

ここでは、このプロジェクトの進行とともに、栃尾産の大豆がどのようにしてつくられているのかを紹介します。

先に述べたように、すでに栃尾では油揚げをつくれるだけの大眾を生産している農家も畑もありませんでした。そのため、まずは荒廃した休耕地を大豆畑にするところから始めなければなりませんでした。

農家の方々だけでなく、地域（下塩地区）の皆様の力を借りりし、休耕地を蘇

らせる作業が行われました。しかし、それは並大抵のことではなかつたようですね。雑木や草の除去は当然ですが、水害に遭つた土地だったため、土の中に無数に埋まつてゐた石ころを取り除く作業に閉口したそうです。しかも、それらはすべて人の手で行われていました。

そうして、たくさんの人の手を経て整備されて蘇つた畑に、大豆の種がまかれ日が来ました。栃尾産大豆の復活に向けて、着実にプロジェクトが進んでいることを強く感じた日でした。

このプロジェクトには、もうひとつ目の玉がありました。それは「おから（豆乳を搾つたあとに残つた大豆）」を中心とした有機肥料を使用すること。有機肥料による安全で安心な大豆づくりをめざすだけでなく、油揚げをつくる過程で不要となつた「おから」を再利用することで、栃尾産の大眾を余すところなく「食べ尽くす」ことが目的です。

ところが、一年目は一粒も油揚げに使ふことができた大豆が収穫できませんでした。その最大の理由は、収穫時期に降り続いた長雨でした。相手が天候とあつて、なす術がなかつた農家の方々の落胆は非常に大きいものでした。もちろん、栃尾



柄尾・下塩地区の大豆畑のようすと収穫された柄尾産大豆。地元農家だけでなく、地域の方々の力に支えられ、柄尾産大豆はていねいに栽培されている

産大豆でつくった油揚げを夢に描いていた豆撰にとつても、とても残念な結果でした。

二年目は前年の失敗を繰り返さないよう、水路をつくり水はけを良くするなど長雨対策も行い、種まきから収穫まで細心の注意を払って栽培されました。しかし、そこは自然が相手の農業、最後はプロジェクトに関わる全員が天の神様に祈るしかありませんでした。

人事を尽くし天に祈った気持ちが通じたのでしよう、二年目は大豊作でした。大粒の輝かしい大豆つ子が元気いっぱいに実っていました。収穫された大豆を手に取つた私は、その感触に思わず踊り出しそうなほど感動しました。

三年目以降、毎年少しずつ耕作地を広げながら、より品質の高い大豆をつくるため、農家の方々をはじめプロジェクトにかかるみんなが日々奮闘しています。近年の異常気象に苦しめられながらも、柄尾産大豆に『夢』を託し、戦っています。

将来はもっと耕作面積が広がり、一枚でも多くの「柄尾産大豆でつくった油揚げ」を皆様へお届けしたいと願っています。

柄尾産大豆の油揚げの その先にあるもの

たくさんの人たちの苦労の末、油揚げをつくるだけの収穫量となつた柄尾産大豆。「柄尾産の大豆で、『正真正銘』の柄尾の油揚げをつくりたい」という豆撰の夢が叶つてから、四年目(平成26年現在)を迎えます。

とはいゝ、柄尾産大豆の収穫量はまだ少なく、「柄尾産大豆でつくつた油揚げ」は豆撰の製造量全体の5%ほどです。もつともつと、その割合を大きくしていきたいと思つていますが、そこには農家の方々の力が欠かせません。しかし、そこには大きな課題があります。

先日、大倉地区にある我が家の畑に行きました。畑の面積は一反(六百坪)ほど。大豆に里芋、インゲン、トマト、オクラなど数種類の野菜つくっています。それらの収穫を終えると、私は道を挟んで続く隣りの畑を歩いてみました。我が家の畑よりも広いところ、狭い畑、栽培している作物もコンニャク芋やスイカなど様々です。

そうした景色を眺めると、私の心はいつもウキウキしてきます。土の道を歩くと足の裏からパワーが送られてくるのが

感じられます。野菜の花に目をやると、蝶や蜂が群がつていて、羽を休めることなく蜜を吸っています。その姿に生きることの本質を見るような感動をおぼえます。

そのまましばらく歩くと急に景色が変わり、私の背丈を越えて生い茂るススキの山が続きます。以前は畑だった土地です。後継者がいなくなつた農家の畑が、荒れ地と化してしまつたのです。

若者が少なくなつた柄尾では、こうした土地は広がる一方です。これから先も、土地を耕し、肥やしてくれる人がいなくなつたらどうなるのだろうか……。柄尾産大豆の生産量を増やすどころか、存続させることすら難しくなるかもしれません。

この荒れ地にも大豆の種をまき育てられないのだろうか、この土地にも夢を託せないだろうか……。大豆畑を駆け回る子供たち、畑仕事に汗を流す若者たちが増えたら、それが実現できるのに……。もつとたくさんの柄尾産大豆を収穫できるのに……。

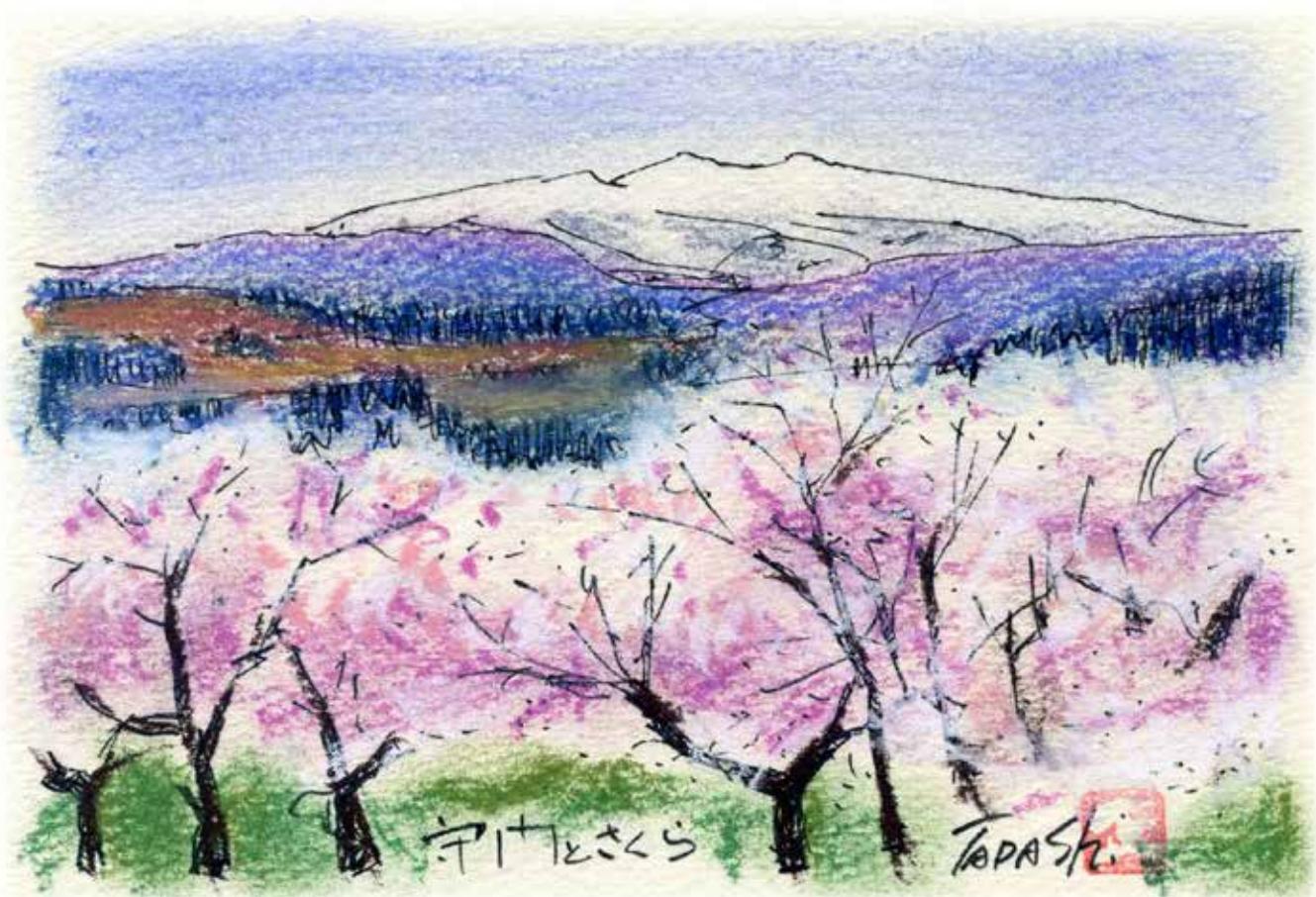
でも、そのためには、自然を愛し、自然を育み、自然を生かした町づくりで、柄



柄尾のシンボル「守門岳」に見守られたこの大豆畑が大きくなるのを願うと同時に、多くの人に柄尾産大豆でつくった油揚げを知ってもらうための活動も行っている。下の写真は毎年秋に豆撰の店頭で開催している「感謝祭」のようす。通常サイズの40枚分にもなる「特大柄尾の油揚げ」の揚げたても味わえる

柄尾が持つていて魅力を、農業をはじめとする様々な産業の活性化につなげることが必要です。

柄尾産の大豆で油揚げをつくりたいと夢を抱き、その願いが叶うまで十年余りを要しましたが、それは魅力的な柄尾の町づくりの第一歩でしかありません。柄尾に店を構え、柄尾に住む者として何ができるのかを考え続けたいと思いまます。柄尾産大豆のその先にあるもの。豆撰の夢は、まだまだ続きます。



宇内とさくら

TOPASHI

第二部

「新しい栃尾の油揚げをつくりたい」

初めて栃尾産大豆でつくった栃尾の油揚げをお客様にお届けしてから3年が過ぎました。その間に私は50代の後半に突入し、自分の潮時を考えるようになりました。60歳の節目で引退しようかと…。

社長、そして社長の妻である私の妹と一緒に豆撰で悪戦苦闘してきた25年間は、辛く苦しいことがたくさんありました。大半がそうした日々だったと言つても過言ではないでしょう。

でも、たくさんのお客様と出会えたこと、朝から夜遅くまで一緒に頑張つてくれたスタッフと出会えたことは、私の人生の中で何ものにも代え難い大切な宝物です。そうした出会いがあつたからこそ、ここまでやつて来られたとしみじみと感じ、感謝の気持ちで胸がいっぱいになりました。そして、「さあ、今度は若い人の力で新しい豆撰の道を歩んでいいほしい」と心からそう思つたのです。

そんな時、ある方から「新しい栃尾の油揚げを考えてみませんか?」と提案されました。これまで栃尾の油揚げの味と伝統を守ることにこだわってきた私たちにとって、この提案は唐突であり、突然であり、意外過ぎるものでした。

社長をはじめ豆撰のスタッフは皆、言葉を失つてしましました。それは衝撃を

受けたというよりも、「そんなこと出来ない!あり得ない!」という気持ちからでした。

しかし、豆撰の油揚げをとても美味しいと太鼓判を押して下さつた方の提案です。単なる思いつきではなく、何か意味があるのではないかと考え直しました。

栃尾の油揚げの伝統を守ることはとても大事なことです。豆撰がそれにこだわり続けることはこれからも変わることはありません。しかし、その一方で栃尾の油揚げを進化させることができたら、新しい栃尾の油揚げをつくることができたら、油揚げの世界はさらに広がり、もっとたくさんの人に栃尾の油揚げを味わつてもらえることになるのではないか。それは栃尾の油揚げの伝統を未来につなげていくという、これまでの豆撰のこだわりの「もうひとつのかたち」にならぬかといふことに気がつきました。

私は引退を延期し、新しい栃尾の油揚げの開発にチャレンジすることを決意。豆撰のみんなにその決意を伝えました。もう一度豆撰のみんなと一緒に頑張つてみたいと……。

そうして、「オリーブオイルで揚げた栃尾の油揚げ」が生まれました。

「オリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げ」誕生

油揚げづくりに携わっている人なら、揚げ油には「菜種油」「米油」を使うのが常識です。同じ植物油でも、決して「オリーブオイル」を使うなどとは思いつきません。

オリーブオイルは、調理油というよりも「食べる」「摂取する」といったイメージが強く、そもそも高級品なので、たくさんの量が必要となる揚げ油としての使用はあり得ないからです。このことは豆撰のスタッフの間でもかなり問題になりました。

「柄尾の油揚げ」特有の風味は、香りの良い菜種油で揚げたからこそ。それを変えてしまっては、柄尾の油揚げでなくなってしまうのでは?」

こうした意見が圧倒的でした。正直、提案した私自身もそれが良いのか悪いのかわかりませんでした。スタッフみんなで何度も話し合いましたが、長い歴史の中でみんなに愛されてきた柄尾の油揚げが、何だか別のものになってしまうような、伝統を傷つけるような気がしてならなかつたのは私だけではなく、豆撰のスタッフのみんなも同じ気持ちだったのです。

そうした共感を持てたことを嬉しく思いながら、それでもなお新しい油揚げ

への挑戦を提案し続けたのには理由があります。

豆撰では、これまでいろいろな新しい商品を考えましたが、それは油揚げの味つけや新しい食べ方の提案であり、「アレンジ」なのです。柄尾の油揚げそのものは何も変わっていません。しかしそれは、柄尾の油揚げの伝統を守ることを大切にしているからこそアレンジであり、それは決して間違っていません。ただ、今回チャレンジの意味は、柄尾の油揚げを「進化」させること。そのためには、まったく新しいものにすることが必要なのではないかと考えていたからです。

また、なぜ「オリーブオイルで揚げるのか」ということも大きな問題でした。それについては、オリーブオイルには他の脂肪酸よりも酸化しにくいオレイン酸が多く含まれ、長期間の保存に向いているだけでなく、加熱調理にも問題なく使用できること。さらに、体内で発ガン性のある過酸化脂質をつくりにくいため、健康面でもメリットがあることを伝えました。その他、いろいろなことで話し合いを繰り返しましたが、社長の「やつてみなければ何も生まれない。前に進むことはできない」という決意の言葉で、スタッフ全員の気持ちが固まり、オリーブオイルで揚げる新しい柄尾の油揚げへの挑

戦が決定しました。

実際に揚げる段階になつて問題になつたのは、油揚げの「大きさ」でした。やはり、いくら新しいとはいっても、柄尾の油揚げの最大の特長である「厚み」は残したものでした。

いくつかのサイズで揚げ上がりをチェックした結果、従来の油揚げの半分の大ささが肉厚感をもち、かつ時間が経つてもしほみにくいことがわかりました。それに、菜種油などと比較するとオリーブオイルは油揚げに染み込みにくく、油っぽさのないサラッとした食感になつたのです。これには私たちスタッフも大変驚きました。同時に、やはりこの油揚げは健康を意識している方々におすすめできそうだと思いました。

また、本来オリーブオイルと相性の良いチーズやジェノベーゼソース、トマトソースがこの油揚げにも合うことがわかり、「洋風に食べる柄尾の油揚げ」というコンセプトでお客様におすすめするレシピもスタッフで考えました(後半で紹介します)。

こうして「オリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げ」が誕生したのです。



新しい商品であることが一目でわかるようにこだわったパッケージデザインに注目。ワイングラスを掲げたキャラクターのイラストが目を引く。裏面のラベルには、オリーブオイルで揚げた油揚げに合った食べ方も表記されている

お客様に喜んでいただける 新しい商品をつくり続けたい

私は、冬になると家からお店まで歩いて通勤しています。今年（2014年）は頑張つて、春、夏、秋も雨の日以外は歩くよう心掛けました。

なぜ歩くのかというと、季節の移り変わりを全身で感じることができ、いろいろなことが発見できるからです。

たとえば、春にきれいな花を咲かせていた「花みずき」が、秋になるとたくさん赤い実をつけているのを見つけたり、刈谷田川の風景が季節によつて変わることに気づいたり、道に沿つて並ぶケヤキの木がだんだん大きくなつて、いつの間にかトンネルをつくついていたり。

歩かなかつたら、気がつかなかつたことでしよう。こうした発見が嬉しくて歩いています。

歩いて通う時間は、私にとって昔と今を行き来する想像と創造の世界でもあるので、そうした発見がとても刺激になります。今まで豆撰が歩んできた道を振り返りながら、若いスタッフたちと一緒に、もう少しこの先の道を歩いていく自分がいることを考へているのですが、豆撰の新商品のアイデアを考えるのもそんなときです。

新しい商品の開発は苦労も多いですが、とても夢のある作業だと思っていま

す。「おからでお菓子をつくつてみては?」「カレー味の油揚げは?」などなど、「豆撰ファミリー」は今日もお客様に喜んでいただける新しい商品を考えています。

また、2014年から採用した「3D冷凍」による通販も、お買い上げいただきのお客様にお店で食べる揚げたての美味しさを届けたい、その美味しさを少しでも長く保存できるようにしたいとう、スタッフ全員の願いが新しい冷凍方法につながつたものでした。

これからもお客様に喜んでいただけるもの、スタッフ全員で考えていきた

オリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げもそうですが、新商品のアイデアは社長を含めスタッフみんなで考えていました。そのため若いスタッフのアイデアが採用されることもあります。豆撰創業20年の感謝祭を開催したときは、「一番若いスタッフが家でつくつてきてくれた「抹茶入り豆乳プリン」が登場しました。

揚げたて宣言。

最新の冷凍技術でお店の味をそのままお届けします。

大豆の香りひろがる
揚げたてそのまま

3D冷凍



3D冷凍だから、ココが違います。

- ・ふんわり大豆の香りがひろがる
お店の揚げたてが味わえます。
- ・長期保存が可能で、賞味期限を
気にせずいつでもご家庭で楽しめます。
- ・霜がつきにくい冷凍だから解凍しても
うま味が逃げません。

豆撰の新ギフト

「揚げたて冷凍ボックス」が
できました。

「揚げたて冷凍ボックス」は最新の冷凍技術

「3D冷凍」で揚げたてをそのまま

お店の美味しさをそのまま冷凍保存した

皆様に味わっていただきたいかった念願の商品です。



- ・柄尾産大豆でつくった柄尾の油揚げ(5枚)
- ・オリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げ(5枚)
- ・きざみ柄尾の油揚げ(2袋)
- ・油揚げの専門だし醤油「和」(5袋)
- ・ジェノベーゼソース(1袋)



おばけあげと きざみ柄尾の油揚げ

(右)「おばけあげ」手間ひま惜しまずつくったざる豆腐を極上の菜種油で揚げた厚揚げ。外はパリッと、中はふんわりの食感が好評です。

(左)「きざみ柄尾の油揚げ」柄尾の油揚げ約2枚分をきざんであります。味噌汁の具などにすぐに使って便利です。



豆撰のスイーツ

(右)「抹茶入り豆乳プリン」新鮮な生搾り豆乳の香りと、茶せんで点てた宇治抹茶本来の甘みを楽しんでいただけます。

(左)「生搾り豆乳チーズタルト」豆撰とケーキ店『おっととと!あきらです。』さん(長岡)とのコラボ商品。大豆の香りひろがる生搾り豆乳でさっぱり味の新食感タルトです。

雁木
表町通り



おでやまれーん

栄尾の油揚げ編

豆撰の栄尾の油揚げは中央に穴が開いています。

これは金串に油揚げを刺し、

しつかりと油切りをしているからです。

ですので、調理の際に油抜きは不要です。



栄尾の油揚げと切干大根煮

冬の間に食べる大根は藁で囲った「大根蔵（下の写真）」で保存します。

大根蔵の温度は0度を保っています。つまり、電気代のかからない冷蔵庫というわけです。そんな大根蔵から取り出す大根はとてもみずみずしく、採りたてのように新鮮です。

「べたに（大根の煮物）」「なます（大根とニンジンの甘酢漬け）」などのお料理にして楽しめます。

雪が溶け、春の気配が近づくと、食べきれずに残った大根はしなびてしまします。このしなびた大根の皮をむき、薄くイチヨウ切りにするのは義母の仕事です。

竹かごに並べ、お日様に当ててカラカラに干します。こうしてできた「切干大根」は保存食として、翌年の春まで楽しめます。

材料(4人分)

- ・栄尾の油揚げ …… 1枚
- ・切干大根 …… 40g
- ・ニンジン …… 1/2本
- ・水 …… 200ml
- ・白だし …… 25ml
- ・醤油 …… 大さじ1
- ・みりん …… 大さじ1
- ・唐辛子 …… 適量

切干大根をたくさんつくりました。この切干大根を水で戻し、細かく切った栄尾の油揚げと一緒に煮る。

それは私の仕事です。

私が生まれる前からずっと食べられてきたこの煮物。子供の頃はあまり好きではなかったのに今では大好きになりました。

切干大根の歯ざわりの良い食感と栄尾の油揚げの甘さは、ほんのりとした、懐かしいおばあちゃんの味です。



義母は九十歳になつた今年の春も

作り方

- ① 柄尾の油揚げを縦に半分に切り、2ミリ位の細切りにする。
- ② 切干大根はやわらかくなるまで水に浸す。
- ③ ニンジンは細切りにする。
- ④ 水、白だし、醤油、みりんを煮立たせ水気を絞った切干大根を鍋に入れる。
- ⑤ 柄尾の油揚げとにんじんを加える。落とし蓋をして、弱火から中火で具材がやわらかく、煮汁がなくなるまで煮詰める。
- ⑥ お皿に盛り付けてから、お好みに合わせて唐辛子をかけて出来上がり。



熱々のつゆをたっぷりつけて召し上がり

焼き油揚げのネギと大根おろしのせ



作り方

- ① 栢尾の油揚げは両面をオーブントースターで5分くらい焼く。
- ② 小鍋に栢尾の油揚げ専門だし醤油「和」2袋を入れ、水で2倍に薄め、温めておく。
- ③ 焼いた栢尾の油揚げに大根おろしと刻んだネギをのせ、2をかけて出来上がり。

材料(2人分)

- ・ 栢尾の油揚げ …… 2枚
- ・ 大根おろし …… 適量
- ・ ネギ …… 適量
- ・ 栢尾の油揚げ専門だし
醤油「和」…… 2袋

ポイント

つゆを多めにすると油揚げが冷めにくく、美味しくお召し上がりいただけますが、つゆの量はお好みで調節してください。



栢尾の油揚げ専門だし「和」は、保存料・着色料・化学調味料不使用。厳選された国産原材料(国産丸大豆醤油・新潟産の塩・新潟産本みりん・北海道産真昆布だし・焼津産かつお節だし)を使用して作りました。



お祭り、お彼岸、お正月などに欠かせないお料理

にしんとぜんまいと油揚げの煮付

材料(4人分)

- ・柄尾の油揚げ …… 1枚
- ・身欠きにしん …… 半身6枚
- ・ぜんまい(水煮) …… 適量
- ・夕顔 …… 1/4本
- ・ザラメ …… 大さじ4
- ・醤油 …… 大さじ4
- ・酒 …… 大さじ2
- ・水 …… 適量

作り方

- ① 身欠きにしんは米のとぎ汁につけておき、煮る前に水で洗う。
- ② にしんは4センチくらいの大きさに切り、大鍋に、にしんがひたひたになるくらいの水を入れて煮る。
- ③ にしんが煮えたら酒、ザラメ、醤油、塩でお好みの味付けをし、さらに約分ほど煮る。
- ④ 火を止め、にしんが冷めたら取り出す。
- ⑤ 鍋に残った煮汁に油揚げ、水煮のぜん

まい、切った夕顔を入れて煮る。
⑥ よく味がしみこむまで煮詰める。煮汁が足りない時はお酒を足す。

ポイント

その家庭の味付けをみなさんで作ってください。おかあさんの愛の味になりますように。

ひと手間かけば健康コロッケの出来上がり

油揚げとおからのコロッケ



作り方

- ① おからはレンジで2分温める。
 - ② キャベツ、レンコン、長ネギ、もどした干しいたけは細かくみじん切りにしておく。柄尾の油揚げも細かく切る。ニンジンとごぼうはさざがきにする。
 - ③ 鍋に多めの油をひき、切った野菜ともどしたひじき、柄尾の油揚げを炒める。野菜がしんなりしたら、①のおからと豆乳または水を入れて弱火で炒め煮にする。
 - ④ ③に柄尾の油揚げ専門だし醤油「和」
 - ⑤ 火を止めてからすりゴマを入れ混ぜ合わせる。
 - ⑥ ⑤が少し冷めてから、お好みの大きさにまるめ、小麦粉、卵、パン粉の順で衣をつける。
 - ⑦ 中火で揚げ、カラッとしたら出来上がり。
- ポイント**
- おからにまぜる野菜は冷蔵庫にあるものでOKです。衣はまんべんなくつけてましょう。揚げたコロッケは冷凍保存もできます。

材料(4人分)

- ・柄尾の油揚げ …… 1枚
- ・おから …… 200 g
- ・キャベツ …… 2枚
- ・レンコン …… 50 g
- ・長ネギ …… 1本
- ・干しいたけ …… 5枚
- ・もどしたひじき …… 100 g
- ・ニンジン …… 1/2本
- ・ごぼう …… 30 g
- ・生搾り豆乳または水 …… 100ml
- ・柄尾の油揚げ専門だし醤油「和」 …… 5袋
- ・すりゴマ …… 小さじ2
- ・小麦粉・卵・パン粉(衣用) …… 適量

つくり置きができるから、いつでもすぐに食卓へ

油揚げとネギの煮びたし



作り方

① 栃尾の油揚げを縦に半分に切り短冊にする。

② 長ネギは4センチくらいに切る。

③ フライパンに、ごま油をひき、長ネギをかるく炒め、次に油揚げを入れ炒める。

④ ③に水と栃尾の油揚げ専門だし醤油「和」を加えて煮立たせ、水分がなくなるまで煮る。

材料(2人分)

- ・栃尾の油揚げ …… 1枚
- ・長ネギ …… 1本
- ・ごま油 …… 少々
- ・水 …… 100ml
- ・栃尾の油揚げ専門だし
醤油「和」 …… 2袋

ポイント

やわらかい方がお好みの場合は水の量を増やしてください。

七味をふりかけるとお酒のおつまみにもピッタリ。

おなかの調子も良くなる栄養満点の副菜。冷凍保存も出来ます

きざみ油揚げとおから



作り方

- ①ひじきは水で戻し、ザルにあげる。二
ンジンは2センチ幅の細切りに、キャベ
ツと前日にもどしておいた干ししいた
けは大き目の千切りにする。
- ②インゲンは茹でて細切りにしておく。
- ③鍋にごま油、またはオリーブオイル
を入れ、切った野菜ときざみ柄尾の油
揚げを入れ、中火で炒める。
- ④野菜がしなりして油がなじんだら、
おからを加え、干ししいたけのもどし
もOK。

水とみりん、醤油を加え、よく混ぜなが
ら煮る。

- ⑤汁けがなくなったら、生搾り豆乳を
加え、よく混ぜながら弱火で煮る。
- ⑥味が足りなければ塩で味を調える。
器に盛り付け、インゲンをのせる。

ポイント

おからと野菜を焦がさないように、よ
く混ぜながら弱火で煮る。

野菜はごぼう、長ネギ、タマネギなどで
OK。

材料(4人分)

- ・きざみ柄尾の油揚げ …… 100g
- ・乾燥ひじき …… 5g
- ・おから …… 50g
- ・干ししいたけ …… 3枚
(前に水に戻しておく)
- ・ニンジン …… 小1本
- ・キャベツ …… 2枚
- ・インゲン …… 適量
- ・干ししいたけのもどし水
…… 200ml
- ・生搾り豆乳 …… 200ml
- ・みりん …… 大さじ1
- ・醤油 …… 適量
- ・塩 …… 少々
- ・ごま油(またはオリーブオ
イル) …… 適量



油揚げうどん

冬はあつたか温麺、夏は冷麺に

材料(材料2人)

- ・ 栃尾の油揚げ …… 1枚
- ・ 栃尾のうどん …… 2束
- ・ 長ネギ …… 1/2本
- ・ 水 …… 400ml
- ・ 栃尾の油揚げ専門だし
醤油「和」 …… 2袋

作り方

- ① 沸騰したお湯にうどんをパラパラと手早く入れる。
- ② 箸でほぐしながら約5分茹でる。
- ③ 茹で始めたら、オーブントースターで油揚げを両面こんがりと焼き、薄く切る。
- ④ 茹で上がったら手早くザルに移し、冷水で洗う(温麺のときは固めに湯でそのままザルにあける)。
- ⑤ 長ネギはあらかじめみじん切りにし

ておく。

- ⑥ 小鍋に水と油揚げ専門だし醤油「和」を入れ沸騰させ、つゆを作る。

- ⑦ 四、またはおわんに茹でたうどんを入れ、つゆをかけ、切った栃尾の油揚げと長ネギをたっぷり入れ手出来上がり。

ポイント

- 冷たくお召し上がりの時は、油揚げ専門だし醤油を2倍に薄めてお使いください。

家族団らんはお鍋からはじまります

油揚げと厚揚げのおでん



材料(4人分)

- ・ 栃尾の油揚げ …… 1枚
- ・ 厚揚げ …… 2個
- ・ 大根 …… 1/2本
- ・ ニンジン …… 小1本
- ・ コンニャク …… 小1個
- ・ 固ゆでたまご …… 4個
- ・ 豆乳入りソーセージ …… 4本
- ・ インゲン …… 適宜
- ・ 結び昆布 …… 適宜
- ・ 栃尾の油揚げ専門だし
醤油「和」……5袋
- ・ 水 …… 1.5リットル
- ・ 塩 …… 適量
- ・ みりん …… 少々

- ① **作り方**
① 栃尾の油揚げは6等分にする。それ
らをさらに三角に切る。
② 厚揚げは1個を三角に切る。
③ あらかじめ下茹でした大根、ニンジン、コンニャク、インゲンはお好みの大
きさに切る。
④ 大き目の鍋に水を入れ、油揚げ、大根、ニンジンを入れ煮立たせる。
⑤ 栃尾の油揚げ専門だし醤油「和」を加
え。結び昆布を加え、さらに中火で煮込
む。

- お好みに合わせ、みりんと塩を少々加
える。
⑥ 具材に味がしみこんだら、厚揚げと
ソーセージを入れ少しだけ煮込む。
⑦ 出来上がり寸前にインゲンを入れる。
ポイント
油揚げ油抜きしないで下さい。美味し
い油揚げの旨味がだしになります。
厚揚げとソーセージは煮詰めないで、
火が通る程度の方が美味しいです。
火が通る程度の方が美味しいです。
おまいた、出来上がったおでんは半日程度
おいておくと味がしみ込み美味しいくな
ります。



豆撰の豆乳入りソーセージ

和風味と洋風味のどちらも味合えます
和風油揚げドツク



作り方

- ① 柄尾の油揚げは1枚を3等分に切り袋状に切れ目をいれ6個分にする。
- ② キャベツは千切りにする。
- ③ 袋状にした油揚げにショウガだれを適量入れ、千切りしたキャベツを入れる。
- ④ キャベツの上にさらにショウガだれを塗り、チーズをのせ、豆乳マヨネーズをかける。
- ⑤ ミニトマトを適当な大きさに切り4

材料(2人分)

- ・柄尾の油揚げ …… 2枚
- ・キャベツ …… 1/8個
- ・とろけるチーズ …… 適量
- ・豆乳マヨネーズ …… 適量
(作り方P29参照)
- ・豆乳入りソーセージ …… 3本
- ・醤油 …… 大さじ1
- ・みりん …… 大さじ1
- ・唐辛子 …… 適宜

<ショウガだれ材料>

- ・①柄尾の油揚げ専門だし
醤油「和」 …… 2袋
- ・②水 …… 70ml
- ・③水溶き片栗粉 …… 大さじ1を水:大さじ2で溶く
- ・④ショウガ …… 1片
(※作り方…鍋に①と②を入れて温め、③を加えてとろみをつける。とろみがついたらすりおろした④を混ぜ合わせる)



わ
て
か
み
れ
い

オリーブオイルで揚げた 柄尾の油揚げ編

オリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げは

従来の柄尾の油揚げとは風味も味わいも違います。

ここからは、オリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げに
おすすめのレシピを紹介します。



油揚げとうどん・アツラ・ジェノベーゼ

Abruzzi e udon alla genovese



材料(2人分)

- ・オリーブオイルで揚げた
　　柘尾の油揚げ …… 1枚
- ・柘尾のうどん …… 2束
- ・ジェノベーゼソース ……
　　60g
- ・ミニトマト …… 6個

- ### 作り方
- ① オリーブオイルで揚げた柘尾の油揚げを縦3等分し、約1cm角に細かく切り、オーブントースターで10分焼いてカリカリの状態にする。塩を少々ふりかけて味を調える。
 - ② 柘尾のうどんは少し固めに茹で(約4分)、ザルにあげて湯切りし、熱いうちにジェノベーゼソースをかけて混ぜる。
 - ③ お皿に、②を盛り付け、カリカリの油揚げとトマトを添えて出来上がり。

ポイント

カリカリに焼いた油揚げをクルトンにするとシチューやサラダ、グラタン、スープにもよく合います。ジェノベーゼソースを焼いた油揚げにかけても美味しく召し上がれます。



油揚げとトマトソースのパニーニ



作り方

- ①オリーブオイルで揚げた柾尾の油揚げ1枚を2等分に切り、おいなりさんをつくるときのように切れ目を入れて袋状にする。
- ②オーブントースターで5~6分、両面がこんがりするまで焼く。
- ③焼きあがった油揚げの中にトマトソースを入れる。
- ④食パンを半分に切り、③をはさんで出来上がり。

材料(1人分)

- ・オリーブオイルで揚げた柾尾の油揚げ …… 1枚
- ・トマトソース …… 適量
- ・食パン …… 2枚(8枚切)

ポイント

食パンは焼いても焼かなくてもOKです。

鶏肉と野菜のパニーニ

Panini con pollo e verdure



作り方

- まずはフレッシュトマトソースを作る。トマトと大葉を1センチのさいごで細切りにして、分量の材料と一緒にボウルで軽く混ぜる。
- 次に豆乳マヨネーズを作る。分量の材料をミキサーにかける。
- 油揚げは油をひかずに、鍋で軽く表面を焼いて、半分にカットして、切り込みを入れる。鶏むね肉は、一口大にカットして、塩、コショウと味噌で、下味をつけておく。
- 鍋にオリーブオイルをひき、鶏むね肉を焼く。両面を焼いたら、白ワインを加えて、蓋をして、蒸し焼きにする。

ポイント

豆乳マヨネーズには、酢を入れてはだめ! (乳化して固まらないので) 鶏むね肉を焼くときは、皮から焼く。また白ワインの代わりに、日本酒を使う。

⑤油揚げを開き、レタス、豆乳マヨネーズ(鶏肉に塗ると良い)、鶏肉、フレッシュトマトソースの順に重ねていく。
⑥軽く上から押し、皿に盛り付けて完成。

材料(2人分)

- ・オリーブオイルで揚げた
柄尾の油揚げ …… 1枚
- ・鶏むね肉 …… 300g
- ・味噌(下味用) …… 適量
- ・水 …… 50ml
- ・白ワイン …… 50ml
- ・オリーブオイル …… 15ml
- <フレッシュトマトソース>
- ・トマト …… 150g
- ・アンチョビ …… 5g
- ・大葉 …… 5枚
- ・オリーブオイル …… 50ml
- ・ケッパー …… 5g
- <豆乳マヨネーズ>
- ・生搾り豆乳 …… 50ml
- ・オリーブオイル …… 50ml
- ・レモン汁 …… 大さじ1
- ・味噌 …… 少量
- ・マスター …… 小さじ2
- ・ハチミツ …… 小さじ1
- ・塩 …… 小さじ1/2
- ・コショウ …… 少々

定番・トマトの油揚げブルスケッタ

ブルスケッタとは？

イタリアに住む娘からの便りに、「イタリアでは前菜に薄切りにしてオーブンで焼いたパンに、刻んだトマトなんかをトッピングした『ブルスケッタ』をよく食べるけど、オリーブオイルで揚げた油揚げで試してみたら美味しいんじゃない？」

と、お料理の写真と一緒に娘のアレンジしたレシピが添えられていました。決め手はガーリックで、娘は隠し味にトマトに少しハチミツを加えるそう。

さっそく挑戦、そして娘に報告の電話をしました。

「あのブルスケッタなんとやら、作つてみたら、油揚げにとてもよく合つたわ！」

娘、「ブルスケッタでしよう、覚えてよ。相性いいだろくなつて思つたわ！」

海を越えているのに、電話やメールでは距離感がありません。すぐ目の前で話をしているような気がします。でも、電話を切りひとりで味わう「ブルスケッタ」はちょっぴり、さみしい味がしました。

「ブルスケッタ」は家族やおもてなしの前菜として賑やかに大勢で食べたら、もつともつとおいしいはずですよ。

是非一度お試し下さい。

材料(4人分)

- ・オリーブオイルで揚げた
　柄尾の油揚げ …… 2枚
- ・ミニトマト …… 8個
- ・ニンニク …… 小1片
- ・ブラウンシュガー又はハチ
　ミツ …… 適量
- ・オリーブオイル …… 適量
- ・乾燥オレガノ …… 少々
- ・イタリアンパセリ …… 適量





作り方

①オリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げの片側表面を薄く切り落とし2等分にする。[油揚げ2枚でブルスケッタ4個分]

②トマトは細かく刻んでおく。

③トマトに「ニンニクのすりおろし、ブランシュガーやハチミツを少々、オリーブオイル、オレガノを加えて混ぜる。塩少々を加えて味を調える。

④切りそろえた油揚げをオーブントースターで焦げ目がつくよう約5分焼く(両面)。

⑤油揚げにトマトをのせ、イタリアンパセリを飾り付けて完成。

海老とアボカドの油揚げブルスケッタ



作り方

- ①オリーブオイルで揚げた柾尾の油揚げ1枚を8等分に切る。
- ②アボカドは皮をむき、ペースト状にしニンニクペーストを加える。レモン汁を加えると、色が変わらない。
- ③タマネギはスライスして水にさらして、軽くしぼる。
- ④甘エビは熱湯に入れさっと湯がく。
- ⑤②③を混ぜ合わせ、塩と豆乳マヨネーズを入れ、味を調える。

材料(4人分)

- ・オリーブオイルで揚げた柾尾の油揚げ …… 2枚
- ・アボカド …… 1個
- ・タマネギ …… 1／2個
- ・甘エビ …… 16尾
- ・ニンニクペースト …… 少々
- ・ミニトマト …… 適量
- ・豆乳マヨネーズ …… 適量
(作り方P29参照)
- ・レモン汁 …… 少々
- ・塩 …… 少々

- ⑥①をオーブントースターで5分位焼く。
- ⑦焼きあがったオリーブオイルで揚げた柾尾の油揚げに⑤をのせ、甘エビと小さく切ったトマトをトッピングして出来上がり。

ポイント

アドカボと甘エビの相性はとてもよいです。甘エビがない時はツナの缶詰を代用しても美味しく出来上がります。ちょっと贅沢な味に笑顔が広がります。

あのこの油揚げブルスケッタ



作り方

- オリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げの片側表面を薄く切り落とし2等分にする。「油揚げ2枚でブルスケッタ4個分」
- しめじ、マッシュルーム、エリンギをトッピングしやすい大きさにスライスする。
- 切りそろえた油揚げをオーブントースターで焦げ目がつくよう約5分焼く。

材料(4人分)

- オリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げ …… 2枚
- しめじ …… 約10本
- マッシュルーム …… 4個
- エリンギ …… 1本
- 鷹のつめ …… 適量
- パセリ …… 少々
- ニンニク …… 1片
- 塩 …… 少々

ポイント

したたけやえのきなど、お好みのきのこをトッピングしてください。

- 熱したフライパンにオリーブオイル、刻んだ鷹のつめ、スライスしたニンニクを入れ、香りが出たらきのこ類を加え炒める。塩を加えて味を調える。
- 焼きあがった油揚げに④のせ、刻みパセリを散らして出来上がり。

ピツエッタ（ミニピザ）風油揚げブルスケッタ



作り方

- ①オリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げの片側表面を薄く切り落とし、2等分にしてさらに三角に切り（8枚分）、耐熱皿に丸くなるように並べる。
- ②油揚げにピザソースを塗り、塩を軽く振る。斜め切りした豆乳入りソーセージをのせ、さらにスイートコーンと一緒に、とろけるチーズをのせてオーブントースターで7分くらい焼く。
- ③焼き上がったら、お好みでオリーブオイルをかけ、刻みパセリを散らして出来上り。

材料(4人分)

- ・オリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げ …… 2枚
- ・ピザソース …… 適量
- ・豆乳入りソーセージ …… 4本
- ・スイートコーン(缶) …… 適量
- ・とろけるチーズ …… 適量
- ・オリーブオイル …… 少々
- ・パセリ …… 少々
- ・塩 …… 少々

ポイント

焼きあがつてから、黒コショウを振ると大人の味になります。大きめの丸いお皿で豪華なおいしいピザを演出してください。
お子さんと一緒にトッピングを考えたりしながら、お好みのピザを楽しんでください。

いちじくの油揚げブルスケッタ



材料(4人分)

- ・オリーブオイルで揚げた
　　柄尾の油揚げ …… 2枚
- ・いちじく …… 2個
- ・チェダーチーズ …… 適量
- ・オリーブオイル …… 適量
- ・黒コショウ …… 少々
- ・ハチミツ …… 少々

ポイント

油揚げはこんがり焼くと美味しさ
アップ。

⑤ 焼きあがった油揚げの表面を切り落とした方にオリーブオイルを塗り、いちじくとチエダーチーズをのせてさらに3分ほどオーブントースターで焼く。
⑥ 焼きあがったらお好みで、黒コショウやハチミツをかける。

- ### 作り方
- ① オリーブオイルで揚げた柄尾の油揚げの片側表面を薄く切り落とし2等分にする。〔油揚げ2枚でブルスケッタ4個分〕
 - ② いちじくは皮をむかずに4～6等分に切る。
 - ③ チエダーチーズは1センチ角くらいの大きさにちぎる。
 - ④ 切りそろえた油揚げをオーブントースターで焦げ目がつくように約5分焼

く。
お好みで生ハムをトッピングすると、生ハムの塩味といちじくの甘さで大人の味になります。

おわりに、そして……

「おでがみれしひⅡ」をつくるにあたつて最も重要なポイントはお料理の写真でした。ところが、20年来お付き合いのあるカメラマンのWさんから年内はお仕事が出来ないと知らされました。

青天の霹靂とでも言うのでしょうか、あまりのショックに目の前は岸壁です。

イタリアに嫁いだ娘に、いち早く連絡しました。というのも昨年に続きデザインは娘に依頼していたからです。すると思いがけない言葉が返ってきたのです。

「お父さんに撮つてもらえばいいよ。ちょうど定年して、することもないのでしょお父さんはカメラが好きだから、勉強にもなるし」と。

娘は簡単に言いますが、私は本当に夫でいいのだろうかと悩みました。プロのカメラマンではない人に、しかも自分の夫に撮影の依頼をする私の複雑な心情をお察し下さい。

結局、悩みに悩んだ末、私は夫に撮影をお願いすることを決断しました。

さて、まずは撮影のためのセッティングです。自宅の物干し場に、娘の部屋から照明用の電気スタンドを運び込んで電球を取り付けた後、鍋や食器、卓上コノロなど撮影に必要なものを集めるのに大騒ぎ。

ひと通り準備が整い、さあ、撮影開始とあいなつたわけですが、そこからがもつと大変。

この本の編集をお願いしている保科慎太郎さん、映画監督の五藤利弘さん〔新作「ゆめはるか」〕そして娘に撮影した写真を確認してもらおうとメールで送つてみました。すると、基本的なことから細かい点までいろいろなアドバイスが山のように返つてくるではありませんか。

私たち夫婦はそのアドバイスを参考に撮り直すことにしました。お出掛けする予定だった休日も返上です。私は早朝から撮影用のお料理に取り掛かり、それを夫がどんどん撮影していきます。お料理が美味しそうに見える角度や照明の当たり具合、色合いのチエツクなどなど、アレコレ言い合いながら撮影に没頭しました。アドバイスのおかげもあって、撮影の回数を重ねることに、写真の仕上がりも少しずつ良くなつたように感じられました。

そこで、すぐに3人に画像を送付すると、またまた、たくさんのアドバイスの山が……。

そんなこんなで撮り直しを繰り返し、やつとのことで撮り終わつたときには、山となつた撮影用のお料理を前にクタクタに疲れ果てた私と夫が床にへたり込



んでいました。

こんなドタバタ劇のような写真撮影でしたが、私たちはまさに「手づくり」でお料理の写真を撮れたことに充実したものを感じました。

大豆をつくる、油揚げをつくる、本をつくる、写真をつくる。

ものづくりとは何をするにも苦労の連続です。でも、生きているからこそその苦労であり、その苦労の先に喜んでもらえる人たちがいるから、昨日も今日も明日もがんばれるような気がします。

最後になりますが、社長はじめとする豆撰のスタッフのみんなに感謝いたします。一緒に豆撰で働けて私は本当に幸せ者です。そして、この本を読んでくださった皆様に心より御礼申し上げます。

またいつか、おてがみれしひをお届けできますようにと願っています。

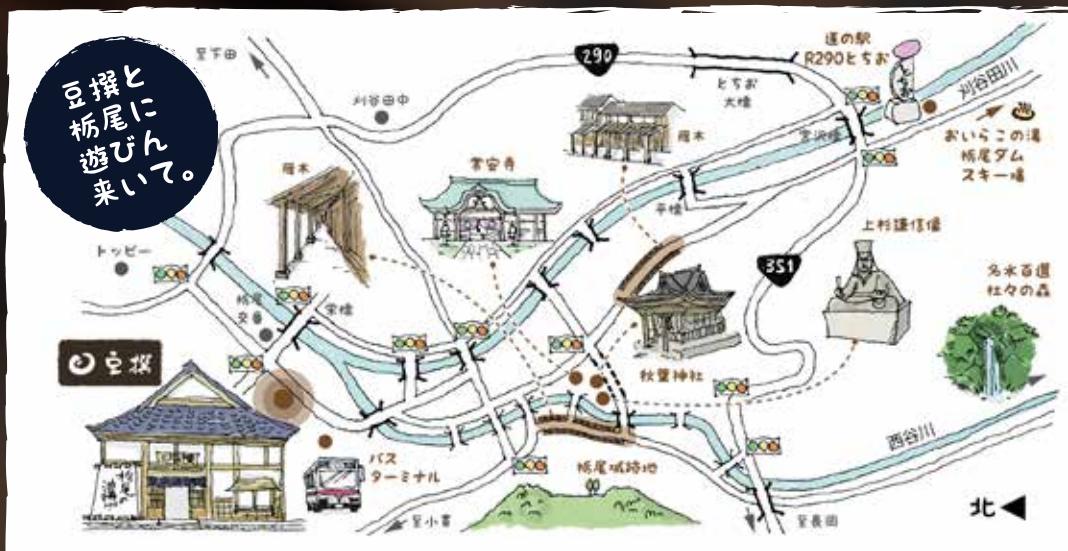


豆撰のスタッフが全員集合。「美味しい栃尾の油揚げをはじめ、豆撰自慢の商品をご用意してお待ちしております。ぜひお店にお越しいただき、揚げたての美味しさを体験してください!」



栃尾 油揚げ

三代
宝撰



新潟県産大豆100%使用 栃尾の油揚げ店

有限会社  宝撰 (まめせん)

〒940-0205 新潟県長岡市栄町2-8-26

TEL: 0120-05-5006

FAX: 0258-53-2177

URL: <http://mamesen.com>

Email: aburaage@mamesen.jp