

# 高野豆腐



## 高野豆腐のプリッツ

ココア、コーヒー、紅茶、緑茶などお好みの飲料を濃く作り、高野豆腐を戻す。  
もどした後、細長く直方体に庖丁し、はちみつを少量塗り、低温のオーブンでゆっくりとカリカリになるまで焼く。  
焼物のあしらい等に適している。

## 高野豆腐の刺身

高野豆腐の旨みを強調するため、高野豆腐を卸し金で卸して蒟蒻芋に練り込み、通常の蒟蒻を作るより水分を多く入れ、高野豆腐の入った刺身蒟蒻に仕上げ。



## 高野豆腐のプリン寄せ

通常のプリン地に高野豆腐を卸し金で卸し入れ、プリンに仕立てる。  
豆富にお茶や胡麻など香り付けの手法がありますが、今回はウーロン茶の風味をプリンに付け二層に流す。

## 調理の工夫

ご協力店紹介

健康と美肌の湯  
健康ランド武蔵野

武蔵野会館

〒333-0861  
埼玉県川口市柳崎 1-22-1  
TEL: 048-261-6111



### 解説



武田 博行  
料理研究家 比呂武  
健康ランド武蔵野 武蔵野会館  
(埼玉県川口市)

高野豆腐は、いろいろな場面で工夫すれば使い勝手がよく重宝する食材です。  
便利な分、疎かにされて倉庫や戸棚の隅で寝かされている場合も多く、期末の棚卸や大掃除などで出てきたという経験をされた人も多いのではないのでしょうか。また、食材の原価が高騰しそうなとき、低く抑えるのに大活躍できる食材の一つでもありますね。

しかし、お客様の立場からすると、家庭の食卓にも煮物の食材の一つとして使われて久しく、近年では食生活習慣の変化により食の欧米化が進み、家庭ではあまり顧みられない食材の一つになりつつありますが、未だに煮物としての食材のイメージは払拭できていないと思われまます。そこで、大胆に発想の転換をして料理屋での一品に仕上げてみました。

高野豆腐のプリッツは、好みの飲料でもどし蜜を塗って焼菓子に、刺身とプリンは卸し金で卸して、それぞれ蒟蒻とプリン地に混ぜ込んで豆腐とは異なるものに仕立てました。  
いつもの料理法や食材にプラスするだけで、新しい発見があるのも日本の食材の素晴らしさだと思います。

