

(『たのしみひとしな ふるさと発見ランチ』放送資料)

『とうふ』についてのお話^{はなし}

今日のふるさと発見ランチは、「ひやっこ」です。この豆腐^{とうふ}は、三重県^{みえけん}内で契約栽培^{けいやくさいばい}された「大豆^{だいず}」と尾鷲^{おわせ}の海洋深層水^{かいようしんそうすい}から取った「にがり^{つく}」で作ったものです。

豆腐^{とうふ}の発祥^{はつしょう}は、西暦紀元前2世紀^{せいれきげんぜん}の中国^{せいき}とされています。日本^{にほん}には、奈良時代^{ならじだい}に中国^{ちゅうごく}へ渡った遣唐使^{けんとうし}によって伝えられたとされています。

当初^{とうしょ}は、僧侶^{そうりよ}たちの間で食べられており、庶民^{あいた}の食べ物^たとなったのは、江戸時代^{しよみん}です。今^{いま}では、全国津々浦々^{ぜんこくつつうらうら}まで普及^{ふきゅう}し、老若男女^{ろうじやくなんによ}や地方^{ちほう}、季節^{きせつ}を問わず、食べ^たられています。

豆腐^{とうふ}の語源^{ごげん}は中国^{ちゅうごく}からで、「豆^{まめ}」は「豆から作り^{まめ}」、「腐^つ」は「中国^{ちゅうごく}では液体^{えきたい}でも固体^{こたい}でもないもの^{いみ}」という意味^{いみ}からきています。

豆腐^{とうふ}を作る際^つに、大豆^{さい}をすり潰^{だいず}すと「豆乳^つ」と「おから^{とうにゅう}」ができます。豆乳^{とうにゅう}は豆腐^{とうふ}の^の飲み物^{もの}に、おからは食用^{しょくよう}や飼料用^{しりょうよう}として使^{つか}われています。

豆腐^{とうふ}にはいくつかの種類^{しゅるい}があります。絹ごし^{きぬ}や木綿^{もめん}、充填豆腐^{じゅうてんとうふ}などです。これらはいずれも作り方^{つく}が違^{かた}います。今日^{けふ}の豆腐^{とうふ}は充填豆腐^{じゅうてんとうふ}です。充填豆腐^{じゅうてんとうふ}の作り方^{つく}は、豆乳^{とうにゅう}を一旦^{いったん}冷やして、にがり^{いっしょ}と一緒に容器^{ようき}へ充填^{じゅうてん}・密閉^{みっぺい}し、加熱^{かねつ}して固^{かた}めています。濃^こい豆乳^{とうにゅう}を使^{つか}っているの^{のうこう}で、濃厚^{のうこう}でとてもおいしい豆腐^{とうふ}ですよ。

