

# 豆腐づくり 作業の流れ

豆腐作業流れ-1

## 北見食育ネットワーク作業



〔水洗い・浸水〕

乾燥大豆

← 8kg                    200g →

浸水後の重さ

約2.5倍

← 約20kg            約500g →

## 美幌会作業



〔 摩砕 〕

ミキサーに大豆1カップ

ひき水 1.5カップ



粒々感が無くなるまで。

(30秒を2回)



〔 加熱 〕

生呉を厚鍋に入れて加熱。

焦げ付かない様に。

泡が吹きこぼれない様に。



〔 濾過 〕

さらしの濾し袋で絞る。

(袋 25cm × 35cm 位)

おから と 豆乳に分離

厚手の防水手袋は便利



〔 凝固 〕

豆乳の温度は75℃くらい。

(冷め過ぎたら湯せん)

にがりを入れる

“天海にがり”の場合

豆乳の量の8%くらい。

豆乳1ℓ : にがり80ミリットル



にがりを入れて

15分程熟成させる。



〔 型入れ 〕

水切れのする型箱にさらしを敷き固まった豆腐を入れる。



湯呑に水を入れて重石にする。  
豆腐の厚さは、型入れ時の半分になる。



水切り後、型から出して  
出来上がり

