

家庭で豆腐づくり 作業の流れ

2014年

豆乳を飲むのもよし、おからを加工してもよし お試し下さい。 ホ-ツ 高橋農場

用意する物

9 : [完成品]

- ・ ジューサー・ミキサー 1台
- ・ 木綿の布巾 約45cm×45cm 1枚
- ・ 有れば 木綿の袋 約25cm×35cm 1枚
- ・ ざる
- ・ ボール
- ・ 厚鍋 1個
- ・ 黒大豆 200g
- ・ 天海のにがり 120ml
- ・ 計量カップ (200ml)・小はかり・おたま・木べら 等



1 : [水洗い・浸水]



乾燥大豆
← 200g
浸水後の重さ
約2.5倍
← 約500g

2 : [摩砕準備]



ミキサーに大豆1カップ
ひき水 1.5カップ
約300ml

3 : [摩砕]



粒々感が無く
なるまで。
(30秒を
2,3回)

4 : [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。

5 : [濾過]



濾し袋又は布
で絞る。
おからと
豆乳に分離
(熱に注意)

6 : [凝固]



豆乳の温度は75℃くらい。
にがりを入れる。
“天海のにがり”の場合
豆乳の量の8%くらい。
豆乳1 $\frac{1}{2}$: にがり80ml
15分程熟成(放置)

7 : [型入れ]



ざるに布を敷き
固まった豆腐
を入れる。
(水が出ます)

8 : [水切り]



湯呑に水を入れ重石に。
豆腐の水を切って
固くする。

布から出して
出来上り。