



とうふ田楽

食の匠

久慈市

●はしかみ桂水会 [平成8年認定]

この地域で開催される「くるま市（年2回5月、11月は水車まつり）」にはふる里の食まつりのコーナーがあり「とうふ田楽」は市の定番メニューになっています。
地域内外の人たちにも楽しみにされている料理です。



材料▶100枚分

- ・豆腐
- ・みそ……………500g
- ・にんにく……………大玉2片
- ・酒……………90cc

作り方

- 1** 少し固めにつくった豆腐を長方形に切り串にさす。
- 2** にんにくは皮をむいてすりおろし、みそ、酒などを加えて、よく練り上げる。
- 3** **1**の豆腐を炭火で焼き、両面をよく焼いたら**2**のにんにくみそをつけて焼く。

ポイント

- ・市販の豆腐を使う場合は重しをして水気をきってから使う。豆腐をキッチンペーパーで包んで電子レンジで行ってもよい。

豆知識 田楽

串は、はしぎ（ミツバウツギ）の枝でつくることが多い。
にんにくのほか、みそにさんしょうの葉、根しょうがなどをすりつぶして加えても香ばしい。
本来は、豆腐料理だが、なす、さといも、こんにゃくなども用いる。