

## 豆腐作り（指導者用資料）

### ◇注意

- ・火気を使用、調理室などの水道・調理設備がある場所で実施する。
- ・作業の所要時間はおよそ2時間。ただし、前日に大豆を洗って水につける。  
（夏8～10時間、冬24時間）
- ・「おから」が豆腐以外に出来るので、どうするか決めておく。

### ◇材料 ← 学校等でご準備ください。

- 大豆 : 200g（1丁分）  
にがり : にがり（濃縮の液体をおすすめ）大さじ1 を 水 大さじ3 に解く  
水 : 約2L（水道水でよい）

### ◇道具 ← ★は貸出できる道具（9セットまで）、その他は学校等でご準備ください。

- ★型枠一式（型枠・上下蓋・すのこ）
- ★さらし布（こし袋・仕上げ布）
- ★ミキサー
- ★木べら
- ★のし棒
- ★重石（500ml ペットボトルに水を入れたものでもよい）
- ★温度計
- 両手なべ（大・・・直径30cm以上）
- ボウル（大・・・直径30cm程度）
- おたま（大）
- ザル
- 計量カップ
- 計量スプーン
- コンロ（調理用）

※道具については打ち合わせ時にご確認ください。

### ◇工程にかかる時間の目安

（前日に乾燥大豆を200gずつに分けて洗い、水につけておく）

- 0) はじめる前に道具を洗う（木製の型枠やさらし布は必ず）・・・5分
- 1) ミキサーにかける（何回かに分けて行う）・・・20分
- 2) 生呉を煮る・・・15分
- 3) 煮呉をしぼる・・・15分
- 4) 豆乳を煮る・・・5分
- 5) にがり水を入れて固まり始めるのをまつ・・・10分
- 6) 型枠に固まり始めた豆乳を入れる・・・5分
- 7) 水分をぬく・・・15分
- 8) 水にさらす・・・30分

完成！

# 豆腐作り道具 貸出申請・確認書

施設名 \_\_\_\_\_

担当者名 \_\_\_\_\_

次の道具の貸出を希望します。

貸出期間	令和 年 月 日 ~ 令和 年 月 日		
実施予定	令和 年 月 日 ( )		
貸 出 道 具	品 名	貸出希望数	返却時確認欄
	型枠一式		<input type="checkbox"/>
	さらし布		<input type="checkbox"/>
	ミキサー		<input type="checkbox"/>
	木べら		<input type="checkbox"/>
	のし棒		<input type="checkbox"/>
	重 石		<input type="checkbox"/>
	温度計		<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>
備 考	(※ 破損等があればご記入ください)		

令和 年 月 日、上記の物品を確かに返却していただきました。

秋田県立農業科学館

担当 \_\_\_\_\_