

## SOAS Language Centre Intermediate Japanese Class Projects 2010-2011

### やさしい豆腐 の作り方 by CG

みなさん、豆腐をたべたことがありますか。豆腐が好きですか。豆腐はとても体にいいです。豆腐は何からつくられているか、知っていますか。とうふは大豆 (soya beans) からつくられています。

自然な 豆腐を手に入れるのはむずかしいですから、今日は、スーパーマーケットで 買った レディメイドの豆乳からの豆腐 の作り方を紹介します。

必要な材料は、

- 1) 豆乳 と
- 2) 凝固剤 (ぎょうこざい) (coagulant) だけ です。

凝固剤 (ぎょうこざい) (coagulant) の 中 で Epsom salts が 一番 手に入りやすい です。

一つめの ステップは、

- なべ に 豆乳を いれて、80° に あたためる。

二つめ ステップは、

- 水 で うすめた Epsom salts を豆乳に まぜる。
- 20分 ぐらい 豆乳 が 分かれる の を まつ。

三つめ ステップは、

- 凝乳 (ぎょうにゅう) (Curd) を うらごしき に いれる。
- 凝乳 (ぎょうにゅう) (Curd) の 上 に おもい 何か を のせる。
- 一時間 まつ。

最後に:

豆腐を 水 に いれる。

冷蔵 (れいぞう) して おく。

できあがり!