

東京のユニークトーフガイド

Photo&Text by Eri Takahashi

大豆原料の白い食べ物が、カタチを変えていろいろ出現中です。目にも、口にも美味しく進化したニッポンのスローフード代表「トーフ」を東京で存分に楽しむためのガイド。しかもお食事券付き。

とろふ家 ほん重

彩り豊かで上品な豆富懐石の愉しみ

厳選された国産大豆と伝統の製法で作る豆富は、ほどよい上品な甘みをとまなつて、野菜たっぷりの「豆富饅頭」、ホタテの入った「豆富焼売」など繊細な味わいの人気メニューへと調理される。ランチのお弁当は1,200円から、夜のコースは3,500円から。おみやげ用の「自家製京がんも(10ヶ入1,200円)」「手作り豆乳チーズケーキ(2ヶ入 600円)」も大人気。1階は黒を基調とするモノトーンのインテリア、2階は純和風の作りで、20名前後の予約もOK。



東京都豊島区南大塚1-48-13
Tel 03-3994-1007

Open 月～土 11:30～14:00
17:30～22:00 (L.O.21:00)
日・祝 11:30～14:00
17:30～21:00 (L.O.20:00)

日祭日は休業する場合がございます。予めお電話にてご確認下さい。
<http://www.enjyu.net/>

写真上から:

「豆乳のチーズケーキ」
「豆富饅頭」「豆乳鍋」
いずれも「豆の木コース」3,500円～より



旬泉坊

定番メニューから新しい味の世界まで広く提供

毎日の豆富作りには、香りがよく、できたての風味も絶品の宮城県気仙沼産の大豆を使用。午後6時半から7時の間のタイム限定で「できたて豆富」600円を味わえる。一品料理でおすすめは「湯葉パスタ」で湯葉料理の新たなジャンルともいえる新鮮なインパクト。「おとうふの石焼ステーキ」はチーズ、煎りぶし、キムチの3種類が用意され好評。「旬泉坊おまかせコース料理」3,800円～は、豆富、豆乳と湯葉をテーマに毎月献立が変わる。



東京都渋谷区広尾1-1-40
恵比寿プライムスクエアプラザ

Tel 03-5469-9761
Open 11:30～15:00
17:30～22:00

年中無休
<http://www.tukijuemura.com>

写真上から:

「おとうふの石焼ステーキ」580円
「湯葉パスタ 煎りぶし」980円
「おとうふの石焼ステーキ(チーズ)」900円

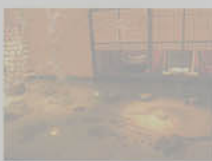


写真上から:

「自家製胡麻豆腐わんぱく湯葉」280円
「豆乳と豆腐の揚げ餅」950円
「豆乳アラン(湯葉ソース)」700円
※3月以降のメニュー

代官山でいただく目に美味しい「萬葉懐石」

100坪ある店内は5×15メートルの池を中央に、照明を落とした31の個室が並ぶ、艶と癒しの“和のリゾート”。豊富な創作和食のうちの豆腐メニューは、酒肴、揚げ肴、甘味など冷たいものから暖かいものまでバリエーションも豊か。見た目も華やかに、食せばさらに深い豆腐本来の味が引き出されている。自家製胡麻豆腐は素材の胡麻を厳選して練りあげ、弾力に溢れながらもしっとりとなめらかな食感が人気の定番メニュー。



東京都渋谷区猿樂町11-1
ラフェンテ代官山別館2階

Tel 03-5457-1164
Open 月～木 17:00～23:30
全・土 17:00～翌2:00
日・祝 17:00～23:00 (L.O.閉店1時間前)

年中無休
<http://www.med-dining.jp>

萬葉庭

RETOH

リラックス空間で新感覚の創作和食を

海外のアートホテルをコンセプトとした寛ぎと個性の和食ダイニング。豆腐料理は季節の旬の素材を賢沢に取り入れ、手間をかけた創作スタイル。「おぼろ豆腐と魚介のXO醤風味」は海老、イカ、ホタテ、チンゲン菜を使い、ほのかにXO醤が香る石焼き仕上げの豪華な一品。3月からは新たに豆腐ランチコースも登場予定で、美味しいヘルシーランチを優雅に楽しむひとときは、ことに女性たちの人気を呼ぶはず。



東京都渋谷区神宮前5-10-1
エスキス表参道4F

Tel 03-5485-1212
Open 11:30～16:00 (L.O.15:00)
17:00～23:30 (L.O.22:30)

年中無休
<http://www.med-dining.jp>



写真上から:

「おぼろ豆腐と魚介のXO醤風味」880円
「おたい焼きと自家製豆腐土佐醤油」580円
「豆腐とよさみのからまきチリメン」550円 ※3月中旬からのメニュー