


[TOP](#) > [グルメ](#) > 新井薬師前駅近く・山新商店の手作り豆腐～美味しく健康的な食生活を～

シェア

ツイート



新井薬師前駅近く・山新商店の手作り豆腐～美味しく健康的な食生活を～

2022.03.16 UP 西武新宿線沿線東エリア 投稿者：区民レポーター 中野のいくた

[\[グルメ\]](#) [\[区民レポーター\]](#)

こんにちは！区民レポーターの中野のいくたです！

最近、おうち筋トレを続けています。筋トレをしていてやっぱり気になるのは、「食事、特にタンパク質をいかに摂るか！」ということです。プロテインを飲んででもいいのですが、出来たら食も楽しみたい。たんぱく質といえば、最初に思いつくのはお肉や魚、卵ですが、最近、豆腐には植物性たんぱく質が豊富に含まれていると知りました。食が大好きな私、数ある豆腐の中でも食べるならとびっきり美味しいものを食べたい。そうして豆腐探しをしていた時、「新井薬師前駅の山新商店のお豆腐が美味しいよ」との話を聞き、今回、山新商店に行ってきました！



西武新宿線「新井薬師前駅」北口から徒歩5分の山新商店は、創業65年の老舗豆腐屋さん。定番の絹ごし豆腐、綿豆腐、おぼろ豆腐の他にも、油揚げやがんも、おからドーナツなど、様々な種類の商品を販売しています。



私は朝10時にちょっと早いかな、と思いながら、豆腐を買いに行きましたが、既に今日できた豆腐が並んでいました。聞くと毎朝2時から豆腐を作っていて、「いつも朝7時頃には豆腐が出来てますよ！」とのこと。豆腐屋さんの朝は早いんですね！今回は、おぼろ豆腐と胡麻豆腐、おからドーナツを購入しました。なんと「これも食べてみてね」と油揚げを1枚おまけで付けてくれました。



左「胡麻豆腐(250円/税込)」中「おぼろ豆腐(280円/税込)」右「油揚げ(100円/税込)」

美味しい豆腐を買ったので、本日のランチは豆腐づくしに決まり。一番おいしい食べ方は「やっぱりシンプルに醤油。葉味もたっぷり」と伺ったので、献立は「おぼろ豆腐(醤油+ねぎ+大葉)、胡麻豆腐(ポン酢+ねぎ+大葉)、胡麻豆腐(味噌ダレ)、きつねうどん(おまけの油揚げをのせて)、食後のデザートにおからドーナツ」です。



いざ、いただきます！正直言うと、今までスーパーの豆腐しか食べたことのなかった私、まず「豆腐の味の濃さ」に驚きました。当たり前ですが、豆腐って見た目、白いじゃないですか。その白さからは想像できないくらい、しっかりと豆の味がするんです。「味が濃い！！めっちゃ栄養抜群の味！！」が素直な感想でした。そして胡麻豆腐も、口に含んだ瞬間、ふわっと胡麻の香りが広がります。おぼろ豆腐と胡麻豆腐、見た目は同じように見えるのにこんなに違うのか！？と驚きでした。



見た目は白ですが、胡麻の香りと風味が口いっぱい広がる胡麻豆腐！

山新商店の豆腐の美味しさの理由は、何よりも豆腐に使う大豆の質と量にこだわっていること。佐賀県から取り寄せた大豆をたっぷり使用して、毎朝豆腐をつくっています。「防腐剤が入っていないから、長くは持たないけれど、朝に作った新鮮な豆腐を地元のお客さんが購入して、新鮮なうちに美味しく食べて頂いてます」というお話を聞いて、それは一番おいしくて自然な食べ方だと思いました。



大きく取り分けて器に入れたおぼろ豆腐。たっぷり入っているので、家族みんなで食べられると思います。

豆腐は今まで献立のメインではなく、サブ的存在だと思っていましたが、本日の豆腐ずくし献立、山新商店さんの豆腐が美味しいので大満足でした！また、まあい形のおぼろ豆腐は、こんな風に大きくよそって器に入れても見た目も映えるし、お友達とのごはん会にもいいかも！と思いました。



「おからドーナツ(1個100円/税込)」素朴な美味しさ。

豆腐は昔から「畑の肉」と呼ばれるほど、栄養成分がたっぷり入っている食材です。私もこれからまだまだつきあえる“美味しく”、健康的に長生きしたいなと思っています。今後もお豆腐を食べて、しっかり栄養を摂りたいと思います。山新商店のお豆腐、とてもおすすめなので、普段日常的に豆腐を食べる人も、食べない人も、ぜひ食べてみて下さい。

山新商店

所在地 中野区上高田5丁目40-12

TEL 03-3387-4351

営業時間 10:00～17:00

定休日 日曜日

アクセス 西武新宿線「新井薬師前駅」北口より徒歩5分



※問い合わせ先の記載がない記事については、まるっと中野編集部までお問い合わせ下さい。

掲載場所近隣の区民の皆様にご直接お問い合わせすることはご遠慮いただきますよう、お願い申し上げます。

※掲載情報は全て記事取材当時のものです。