

伝統の食を守り続けて百余年

MIYAMURA

みやむらの麸



有限会社
宮村製麸所

〒957-0356 新潟県新発田市岡田1807-6
食品団地内
TEL 0254-20-8220 FAX 0254-26-5415
<https://www.yakifu.co.jp>



色彩ゆたかな日本の味

生麩

熟練した職人の手により、
ひとつひとつ
作り上げられた生麩です。



なす、あやめ、ひょうたん、もみじ、
いちょう、ハート、青もみじ、うめ、
さくら

麩まんじゅう

やさしい甘さの厳選した
あんをなめらかでこしのある
生麩でつつみ、
越後の山野の笹の葉で
装いました。



新 発 田 麩



宮村の車麩は良質の
小麦グルテンを使用し、
昔ながらの方法で
焼き上げました。
全国でもめずらしい
四回巻の車麩です。
ボリュームがあり
きめ細やかで
歯ごたえのある麩は
今まで食べた麩の概念を
変えてしまっほどです。

新発田麩は
新潟県新発田地域のみで
作られている麩で
かわいらしいおわん型が
特徴です。
新発田市の特産品になつてあり
み汁にはかかせない
一品です。
常に置いておきたい。
そんなお麩です。



お し ぶ

おしぶは宮村の
オリジナル商品です。
良質の小麦グルテンを
ふんだんに使って焼き、
ぎゅっと圧縮した麩は
身がつまつてつるつとした
舌ざわりと崩れにくいのが
特徴です。
切ったら水もどりが早く
どんな料理にも合う
万能食材です。

1年を通してお使い下さい。



宮村製麩所は一九〇二年（明治三十五年）、
宮村五郎七が起こした宮村商店が始まりです。
高タンパク・低カロリー、
栄養豊富で消化にもよい麩は
現代、健康志向の方から注目を浴びる
食材となっております。

煮物や汁物といった和食はもちろん、
洋・中華風やデザートなど、
さまざまな料理に使えます。

車麩

[車麩を使ったお料理]

Recipe

車麩がおいしくなるポイント

水戻しに少々時間がかかります。よく戻すことがおいしく出来るポイントです。



●詳しいレシピはホームページをご覧下さい
<http://yakifu.co.jp>

●お気軽にお電話ください TEL 0254-20-8220



車麩のかさましエビチリ風

オニオングラタンスープ

材料 ● 2人分

車麩	1枚	生姜	10g	豆板醤	小さじ2
だし汁(戻し用)	適量	片栗粉	適量	ニンニクおろし	小さじ1
エビ	6尾	揚げ油	適量	ケチャップ	大さじ5
ネギ	1/3本			酒	大さじ2

A
鶏ガラスープの素 少さじ1

車麩のかさましエビチリ風

材料 ● 2人分

車麩	1枚	生姜	10g	豆板醤	小さじ2
だし汁(戻し用)	適量	片栗粉	適量	ニンニクおろし	小さじ1
エビ	6尾	揚げ油	適量	ケチャップ	大さじ5
ネギ	1/3本			酒	大さじ2

A

鶏ガラスープの素 少さじ1

- 作り方
- 車麩をだし汁で戻し、絞って一口大に切る。
 - 長ネギ、生姜をみじん切りにする。エビはカラと背わたを取って洗う。水気を取って、片栗粉でまぶす。
 - Aはすべて合わせる。
 - 切った車麩を片栗粉でまぶし、180℃の油でカラッとするまで揚げる。
 - フライパンに油を熱し、長ネギ、生姜、エビを炒める。そこに揚げた車麩とAを入れ、中火でタレを絡ませながら炒める。しっかりと車麩とエビにタレが絡んだら火を止め、お皿に盛りつけたら出来上がり。

車麩の巣ごもり

車麩の小倉フレンチトースト

材料 ● 2人分

車麩	1枚	コンソメスープ	500cc
玉ねぎ	1個	(水 500cc とコンソメ 1個)	
バター	20g	塩	小さじ1/4
ピザチーズ	適量	ブラックペッパー	少々

A
ドライパセリ 少々

鶏ガラスープの素 少さじ1

作り方

- 車麩は水で戻し、絞って一口大に切る。玉ねぎは皮をむいて薄切りにする。フライパンにバターを入れて火にかけ、溶けたら玉ねぎを入れ、飴色になるまで炒める。
- そこにコンソメスープ、車麩を入れて火にかけ塩、ブラックペッパーで味を整え弱火で約5分煮る。
- 耐熱の器に②を入れ上にピザチーズをのせて、トースターで色づくまで焼く(5~6分)。
- 受け皿に取り出し、ドライパセリをふって出来上がり。

材料 ● 2人分

車麩	2枚	牛乳	100ml	バター	15g
だし汁(戻し用)	適量	A 砂糖	大さじ1	アイスクリーム	適量
卵	2個	卵	1個	生クリーム	好みで

A
みりん 小さじ2
砂糖 小さじ2

作り方

- 車麩は水で戻し、絞る。
- Aを入れたフライパンに絞った車麩を入れ、コトコトと弱火で煮る。
- 煮汁が少なくなってきたら車麩の穴に卵を落とし、蓋をして好みの固さになるまで煮る。
- お皿に盛り付けて出来上がり。

作り方

- 砂糖大さじ1を入れた牛乳で車麩を冷蔵庫の中で戻す。
- ①の麩を絞って半分に切り、Aを混ぜた液に車麩を浸す。
- しっかりと車麩が液を吸うまで途中ひっくり返しながら浸す。
- バターを入れ、温めたフライパンに③をいれ、焦げ目がつくまで中火でじっくり焼く。
- お皿に盛り、好みで生クリーム、あんこを盛り付け、粉砂糖を振りかけ出来上がり。
(メープルシロップをかけてもおいしいです)

車麩の酢豚風



RECIPE

生麩を使ったお料理



生麩の肉巻き

(材料) ● 2人分

生麩	1/2 本	A 醤油 大さじ 1
豚バラ肉	4 枚	みりん 大さじ 1/2
小麦粉	適量	砂糖 大さじ 1/2
油	適量	酒 大さじ 1/2

(作り方)

- Aは合わせる。
- 生麩を約1.5cm位の厚さに切る。
- 豚バラ肉を半分に切り、生麩に巻く。
- ③に小麦粉をまぶす。
- 軽く油をひいたフライパンで焼く。
- 焦げ目がついたらAを入れて汁気がなくなるまで絡める。
- お皿に盛りつけて出来上がり。



生麩のステーキ

(材料) ● 2人分

生麩	1/2 本	バター 10g
		醤油

(作り方)

- 生麩は1cmの厚さに切る。
- バターで生麩がきつね色になるまで焼く。
- 醤油をまわしかけて皿に盛り付けて出来上がり。

RECIPE

おしぶ・新発田麩を使ったお料理



おしぶの酢の物

(材料) ● 2人分

おしぶ	2 枚	A 酢 50ml
きゅうり	1/2 本	砂糖 大さじ 2
乾燥わかめ	1g	だし醤油 大さじ 2

(作り方)

- おしぶを水で戻し、絞って8等分に切る。きゅうりは千切りにする。乾燥わかめは戻す。
- Aの調味料を混ぜ合わせる。
- 麩、きゅうり、わかめを②に入れ混ぜ合わせて出来上がり。



おしぶの肉詰め

(材料) ● 2人分

おしぶ	2 枚	A 水 2 カップ
豚ひき肉	100g	B 白だし 30ml
はんぺん	50g	醤油 10ml
乾燥ひじき	2g	
乾燥エビ	4g	

(作り方)

- おしぶを水で戻し、やさしく絞る。
- はんぺんは細かくぎざみ、乾燥ひじきは水に戻す。
- Aを全て混ぜてタネを作り、しっかりとこねる。
- 戻したおしぶに切り込みを入れ、中にタネを詰める。
- Bを合わせた汁を火にかけ、沸騰したら弱火にして④を入れる。
- 蓋をして、約20分、タネにしっかりと火が通るまで煮る。
- お皿に盛って出来上がり。



茄子と生麩の揚げ浸し

(材料) ● 2人分

生麩	1/2 本	A めんつゆ (濃縮タイプ) 50cc
ナス	2 本	水 揚げ油 適量

(作り方)

- 生麩を1.5cmくらいに切る。
- ナスは半分に切って、皮の面に切れ目を入れる。
- 170℃の油でナスを揚げる。
- 生麩を170℃の油でさっと火を通して揚げる。
- 揚げたナスと生麩をお皿に盛りつけて、薄めためんつゆをかけたら、出来上がり。



生麩の串カツ

(材料) ● 2人分

生麩	1/2 本	卵 1 個
小麦粉	適量	串 生麩の数分
麩の料理粉 (パン粉)	適量	油

(作り方)

- 生麩をサイコロ状に切る。(約2.5cmに切って、それを半分に切る。) 切った生麩を串にさす。
- 小麦粉、卵、麩の料理粉(又はパン粉)の順につける。
- 170度の油で、衣がきつね色になるまで揚げる。
- お好みでレモンを添えて出来上がり。



新発田麩のかまくら

(材料) ● 2人分

新発田麩	2 個	A 水 2 カップ
卵	小 2 個	白だし 30ml
飾りの生麩	2 切	醤油 10ml
三つ葉	2 本	

(作り方)

- 飾りの生麩は白だしにつけておく。
- 新発田麩の真ん中を卵が入るくらいにくり抜く。
- ③④に卵を落とす。
- Aを合わせただし汁に、②を浮かべてから火にかける。
- 弱火で卵が好みの固さになるまでふたをして煮る。
- お椀にもって、飾りの生麩と三つ葉を添えて出来上がり。



おしぶの煮物

(材料) ● 2人分

おしぶ	1 枚	A 水 350cc
肉団子	2 個	砂糖 小さじ 1/2
人参	1/4 本	みりん 大さじ 2
さやえんどう	2 本	サラダ油 大さじ 1/2
干しシイタケ	2 枚	醤油 25cc
里いも	小 2 個	本だし 小さじ 1

(作り方)

- おしぶを4~8等分に切る。
- 干しシイタケは戻し、さやえんどうは軽くゆでる。人参は輪切りにする。
- Aを入れた鍋におしぶ、肉団子、干しシイタケ、里芋、人参を入れ中火で15分煮る。
- お皿に盛り付けて、ゆでたさやえんどうを添えて出来上がり。