



凍み豆腐(立子山)

立子山の凍み豆腐は、300余年前、大森村円通寺の住職が高野山の高野豆腐を持ち帰り、福島の気候に合わせた製法であみ出したのが始まり。立子山は、山峡の地にあり、冬季には気温が零度以下に下がり寒風が吹き、凍み豆腐製造に適しているのです。

たんぱく質はもちろん、カルシウム、鉄分、ビタミンE、レシチンなどが豊富な健康食品で、長期保存ができるので、1年中いろいろな料理に使えます。この凍み豆腐に根菜類の入った具たくさんの雑煮は、お正月に欠かせない料理です。

