



とちお あぶらげ店一覧



令和4年10月1日現在

| マップ No. | 店 名 | 住 所 新潟県長岡市 | 電 話 番 号 〔市外局番 0258〕 | 営 業 時 間 | 揚げたてを食べ られる目安時間 | 定休日 |
|------------|--------------------------|---------------------|-------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------|
| ① | とちおとうあん 栃尾豆腐庵 | 吉水 1631-1 (ニツ郷屋) | 52-9004 0120-420-141 | 8:00~18:00 | 8:30~14:00 頃 | 1/1 |
| ② | こばやしとうほんぽ 小林総本舗 | 巻渕 3-652-3 | 52-2656 0120-497-021 | 8:30~18:00 | 9:00~17:00 頃 | 年末年始 |
| ③ | まるしょうとうふてん 丸 昌豆腐店 | 小貫 3108-1 | 52-4326 | 8:00~19:00 | ——— | 火曜日 |
| ④ | まめせん 豆 撰 | 栄町 2-8-26 | 53-2014 0120-055-006 | 9:00~18:00 | 10:00~14:00 頃 | 年末年始 |
| ⑤ | きとうとうふてん 佐藤豆腐店 | 金町 2-3-11 | 52-2558 | 9:00~17:00 | 9:30~15:00 頃 ※日曜不可 | 不定休 |
| ⑥ | つねたとうふてん 常太豆腐店 | 栃尾新町 4-15 | 52-2745 | 7:00~18:00 | ——— | 木曜日 |
| ⑦ | ますちゅうあぶらあげてん 桝 忠油揚げ店 | 谷内 2-1-27 | 52-2486 | 7:00~17:00 | ——— | 不定休 |
| ⑧ | えちごとちおほんぽ 越後栃尾本舗 | 仲子町 12-6 | 52-4121 | 8:30~18:00 | 9:00~15:00 頃 | な し |
| ⑨ | きのとうふてん 佐野豆腐店 | 栃尾旭町 4-26 | 52-3600 | 7:00~19:00 | 8:00~15:00 頃 | 不定休 |
| ⑩ | ほしちやとうふてん 星長豆腐店 | 栃尾大野町 1-2-27 | 52-2292 | 7:00~18:30 | 10:00~12:00 頃 | 1/1~1/3・不定休 GW・盆明け後4日間 |
| ⑪ | みちのき 道の駅あぶらげコーナー | 栃尾宮沢 1764 | 52-2558 | 平日 10:30~17:00 土日祝 10:00~17:00 | 平日 10:30~17:00 土日祝 10:00~17:00 | 12/31~1/1 |
| ⑫ | あまき 揚げ正 | 栃尾泉 2378 | 53-2522 | 7:30~19:00 | 7:30~8:00 頃 | 月曜日・1/1 祝月は営業翌火休み |
| ⑬ | あけがや まつべえ あけが家 松兵衛 | 栃尾大野町 4-4-10 | 52-1000 | 9:00~18:00 | 11:00~16:00 頃 | 火曜日 |
| ⑭ | まめこうぼう 工房 ぽっぽ | 栃尾大野町 4-2400 | 52-1172 | 9:00~18:00 ※冬期間 17:30 まで | 9:00~15:00 頃 | 不定休・1/1 |
| ⑮ | あぶらやきゅうすけしょうてん 油屋久助商店 | 北荷頃 56-3 | 84-7731 | 9:00~17:00 | ——— | 木曜日・日曜日 |
| ⑯ | びしゃもんとうほんぽ 毘沙門堂本舗 | 北荷頃 1121-5 | 53-2825 | 10:00~18:00 | 10:00~15:00 頃 ※日曜不可 | 水曜日 |

※日により製造量が違うため売り切れの場合があります。また、祝日やお盆・年末年始は必ず電話確認してお出かけください。

【あぶらげの起源】250年ほど前に、秋葉神社の参詣土産にと常安寺の住職から頼まれた豆腐屋によって考案されたもので、栃尾の良質な大豆と名水を生かした独自のあぶらげを創り出したと伝えられています。また、栃尾の馬市から生まれた説も。江戸時代、栃尾では盛大な馬の競り市が開かれ、馬の仲買をする馬喰(ばくろ)たちが売買成立の証文代わりに酒を酌み交わし、その酒の肴に食べたのがあぶらげだったと言われています。秋葉神社の土産物として始まり、それが馬喰たちの酒の肴にもなったという説が、有力視されています。(所説あり)



ぜび覗いてみてください。

クセのない淡泊な風味はそのまま食べてもとても美味しく、煮物などに使うと他の食材の味を一層深めてくれます。栃尾に来たら、名所巡りと一緒に街中に点在するあぶらげ屋さんを、

が薄くパリッとしたあぶらげが出来上がります。

煮物などに使うと他の食材の味を一層深めてくれます。栃尾に来たら、名所巡りと一緒に街中に点在するあぶらげ屋さんを、

口に入れるとパリッとした舌ざわりと適度な弾力があり、芯までふつくと柔らかな食感です。その美味しさの秘訣は「にがりを入れるタイミング」と「二度揚げ」にあります。生地(豆腐)作りでの、にがりを入れるタイミングが中身の固さを左右するため、どの店も細心の注意を払っています。次に、出来上がった生地を低温鍋でゆつくりと揚げ、浮き上がってきたら高温鍋へ移動。この二度揚げにより中身がスポンジ状に変化し皮が薄くパリッとしたあぶらげが出来上がります。

栃尾名物「あぶらげ(油揚げ)」

全国にその名を知られる栃尾の「あぶらげ」は、通常の油揚げの約3倍。長さ20cm・幅8cm・厚さ3cmという巨大なもので、あまりの大きさに生揚げ(厚揚げ)と見間違ふ人もいます。