

作ってみよう!

かんたん手料理レシピ

レンコンのアボカドはさみ揚げ



写真中の下のはアボカドだけ揚げてみたよ!

クリーミーなアボカドとシャキシャキのレンコンの天ぷらです。アボカドは年間を通して出回っていますが、メキシコ産のアボカドは4~6月が油分が高く美味しいとされています。



材料

(2人分)

- れんこん 200~250g
- アボカド 1/4個
- 天ぷら粉 適宜
- 冷水 適宜
- 揚げ油 適宜
- 酢 適宜
- 塩 適宜

① れんこんは皮をむき、1cmの輪切りにし、酢水に30分ほど漬けてアクを抜く。鍋にれんこんがつかるくらいの酢水を入れて下茹でする。

② 水をかけて冷まし、水を切ったれんこんに横に切り目を入れて、厚さ5mmにスライスしたアボカドをはさむ。

③ 天ぷら粉を冷水で溶いたら②をくぐらせ、150~160℃に熱した油で1分ほど揚げる。油を切ったら器に盛って、塩を振り完成。

※ 酢水は、水1Lにつき酢小さじ1です。空気に触れると黒くなりやすいので、白く仕上げたい場合は手早く調理しましょう。

伊那市のA様邸完成しました。トリプルガラスサッシと暖房機器



伊那市のA様邸新築工事が無事完成し、お引渡しと住宅設備類の取扱説明をさせていただきました。取扱説明書もお渡ししますが、とても厚いファイルになります。そのため、給湯器(エコキュート)や暖房設備の説明を設備業者さんやメーカーの担当者の方にお願ひします。A様のお宅にはノーリツの暖房設備があります。室外機から温水を室内に循環させるヒーターとパネルヒーター、温風ヒーター、エアコンとフル装備です。当日は肌寒い日でしたが、ヒーターの近くは輻射熱でとても暖かく、幸せな空間でした。リビングのサッシはトリプルガラスで、ガラスの窓面に顔を近づけても冷気を感じません。隙間風もなく気密性も抜群です。とても温かそうな新しい住宅が完成しました。ありがとうございます。



輻射熱の温水ヒーターは、温度の調整はダイヤルを回すことで設定できます。

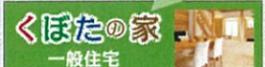
高温にはならないので、小さなお子さんがいても安心。風が出るシステムではなく、熱が伝わる輻射熱なので、とても優しい感じがします。

窪田建設株式会社 LIXILリフォームショップ窪田建設

〒399-4106 駒ヶ根市東町9-22 TEL:0265-82-3201 FAX:0265-82-3393

間違え探しの答え 12 (病院はとがった方が下)

当社HPへは... <http://kubocon.co.jp/housing/>



こちらが目印!

ちょっと見ても

95

窪田建設株式会社

住まいのことなら LIXILリフォームショップ

窪田建設株式会社とLIXILリフォームショップ窪田建設が、暮らしのちょっとした情報をお届けします 2017年5月発行

今月の中原のひとり言

大阪旅行

五月、新緑、ゴールデンウィーク、うきうきふわふわする時期です。水田では田植えも始まり、新しい緑がいっぱい視野に入ってきます。気分引き締めて頑張っていきたいと思います。

家族で大阪に旅行に行きました。一泊二日。家族では初めての大阪方面です。本当はセンバツ甲子園の早実清宮君を見るのが第一目標でしたが、家族重視で日程を組みました(甲子園は結局日程もあいませんでした)。大阪と言えば、道頓堀にお好み焼き、たこ焼き、串揚げ、お笑い、そしてユニバーサルスタジオジャパン(USJ)。四人で泊れる和室のあるホテルが道頓堀にあり、まずは宿を手配。そのため一日目は道頓堀中心の観光、二日目をUSJとしました。旅行当日一日目、駒ヶ根を5時に出発。一番目の目的地「太陽の塔」に8時半に到着。ここは自分のわがままで行きました。ですが、公園の開場は10時。ゲートの外から眺めるだけでしたが、近くで見ることが出来て感動でした。二番目の目的地は「通天閣」10時には着きました。テレビでよく見るコテコテの大阪の風景がそこにはありません。フグの巨大張りぼてに、派手な看板。ちょうど開店前のパチンコ屋さんにならぶ大阪のおじさんたちがより一層大阪を感じさせてくれました。入るときは5分待ち位で上ることが出来た通天閣も下へ降りてみると大行列。早く来て大正解でした。上ではピリケンさんとの家族写真を記念に購入。金運があがるという。ちょっとぶらぶらしながらたこ焼きをつまみ、道頓堀へ向かいました。12時にホテルの駐車場に車を止め、市内観光開始。道頓堀はあふれんばかりの人・人・人でした。グリコの看板の前で写真を撮って、次の目的「お好み焼き」を目指します。メイン道路はすごい人ですが、一本裏へ入るとゆっくり歩けます。そんな路地の一角のお店に入り昼食。大阪では有名な牛スジと青ネギの入ったお好み焼きが新鮮でした。たこ焼き、お好み焼きの連続でおなかは満腹、次は「お笑い」です。なんば花月は予約が取れなかったの、スケールは落ちますが、よしもと漫才劇場を見ました。若手中心ですが、ライブで見るコント、漫才、新喜劇はとても面白く、家族みんな、ずーっと笑っていました。結構有名な芸人さんも見る事が出来るととても大満足。劇場を出ると外はもう夕暮れ時。人でにぎわう道頓堀界隈をぬけてホテルへ戻りました。一日目の最終目的「串揚げ」。ソースの二度付けをしないように注意して、美味しくいただきました。最後はラーメン。ちょっと食べすぎの一日目でした。二日目はUSJ。ホテルに車を停めて電車で行きました。子供たちは、こちらがメインイベントです。まずはハリーポッター。朝一番で入ったので、待ち時間もさほどなく乗ることが出来ました。が、乗り物に弱い自分はいけません。子供が買った杖で魔法をかけたり、バタービールを飲んだり、その空間を楽しむことが出来て、何より子供たちが楽しそうで良かったです。ちょっと遠かったですが、大阪楽しかったです。自分の一番はお笑いもう一度ライブで見たいです。その時は、内部を見ることが出来るようになる太陽の塔も、今度はじっくりと見たいです。



快適な暮らしに ちょっと使えるお話

歳時記 5月5日

「菖蒲の節句」でデトックス

5月5日は祝日「こどもの日」ですが、薬草の菖蒲で邪気を祓う行事がはじまりで、菖蒲の節句とも呼ばれています。

花菖蒲と違い、薬草の菖蒲には強い香りがあり、この香りが邪気を祓うとされています。

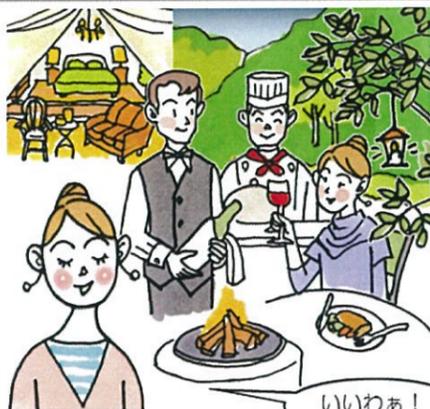
菖蒲から溶けだすテルペンという成分は疲労回復・沈静効果・精神安定に役立ちます。皮膚からだけでなく呼吸でもとり込めますので、ゆっくり菖蒲湯につかって、心もからだもデトックスしましょう!



鎌倉時代の武家社会で尚武(武をたつとぶ)の日とされ、江戸時代に庶民に広がり、男子の成長を祝う男子の節句が定着しました。1948年に制定された国民の祝日に関する法律で5月5日が「こどもの日」になりました。

ご存知でしたか？

グランピング



グランピングは『グラマラス+キャンピング』のことで、豪華で魅力的な至れりつくせりのアウトドアシーンを楽しめる新しいキャンプのことです。

普通のキャンプに付きものの、買出し運搬、食事作りや片付け、虫や天候に悩まされることなく、ベッド・家具付きテントや専用ホテルの部屋に泊まり、レストランやアウトドアでの食事も選べたり、と選択肢も豊富になってきています。

年齢がゆくと面倒なキャンプは敬遠したい…、でもグランピングなら、アウトドアシーンをゴージャスに満喫できます。一度は経験したいですね。

スモア

キャンプファイヤーに付きもののスイーツ“スモア”。グラハムビスケットに割った板チョコ、焼いたマシュマロをのせ、更にビスケットで挟みます。どこにも出かけられなかったら、家でキャンプ気分を楽しんでみましょうか？



只今

新しい住まい施工中

駒ヶ根市・伊那市



駒ヶ根市のO様邸新築住宅、基礎工事完了しました。基礎は建物を支える重要な役割を持っています。昔は土台下部分のみにT字形の基礎が回っていただけでしたが、今は建物の下にはべたで基礎を打って、建物の力を全面で伝え持つ役割となっています。合わせて下からの湿気もシャットアウト。白アリさんも降参です。給排水管も位置を合わせて基礎工事と並行して配管をします。次はいよいよ建て方。家の姿が浮かび上がります。



駒ヶ根市のK様邸トイレ改修工事行いました。メインのトイレとは別に、和室の横に個別にあったトイレをリフォームしました。いわゆるお年寄りの部屋の横の広縁の奥にあったトイレで、一畳の大きさもないトイレで、こういったトイレはこの地域ではよくみられると思います。お施主様のトイレの使い勝手、トイレ内部にしっかりした洗面スペースが必要となり、今までの空間では狭かったため、既存の押入れと、その境の壁を壊して広縁の一部も利用して、一畳半のトイレにリフォームをしました。部屋からも直接入ることが出来て、将来的なことも考えて、壁はつくりず、建具で取り外しができるように考慮しました。



伊那市のY様邸屋根及び外壁塗替え工事行いました。築20年ほどの住宅の外回りの塗替えです。工事はおおむね二週間。まずは家の周りに足場を組みます(一日目)。次は水での高圧洗浄、汚れなどを洗い流します(二日目)。屋根は、板葺きなので、サビ止め塗装を施してから、仕上げ塗を行ないます(ここでおおむね一週間終了)。外壁を二回塗って、樋、幕板の金属部分を塗って、塗装完了。足場を外して工事完了です。きれいな家に生まれ変わりました。

間違い探し

下の地図記号で間違っているものが1つあります。その番号を教えてください。



●答えは最終面のシカクの中に！

1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
老人ホーム	灯台	発電所等	工場	城跡	保健所

Craft

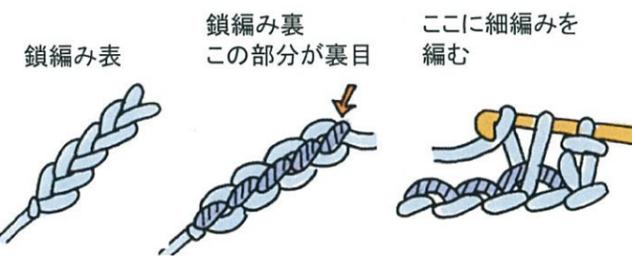
アクリル毛糸で作るエコたわしのご紹介です。手軽にできるかぎ針編みで、基本の細編みだけでつくる「うね編み」です。ふっくらした編み目は洗剤も少力で済み、厚みもあるので使い勝手が良いですよ。



■用意するもの アクリル毛糸並太
かぎ針用編み棒(7号)
とじ針(あれば)

■作り方

1. 15目鎖編みをする。立ち上げの鎖編みを1目作り、裏目を拾い細編みで1段目を編みます。



鎖編み表 鎖編み裏 この部分が裏目 ここに細編みを編む

2. 次の段からは細編みで出来た奥の目を拾い細編みを繰り返します。これが「うね編み」です。15段くらい編んで正方形にします。最後に鎖編み8目で輪を作り、吊るせるようにして、糸の始末をすれば完成です。

2段目 鎖編み1目立ち上げたところを横から 上からみたところ



■裏目を拾って細編みをすると、鎖編みがきれいに残る仕上がりになります。

■この編み方を覚えれば、写真のような葉っぱモチーフも編めるようになります。爽やかなグリーンが5月のキッチン仕事に合いますね。



平成27年4月より LIFA駒ヶ根店が

LIXILリフォームショップ として生まれ変わりました。