

余りがちな調味料や食品を普段の料理に活用しましょう！

最後まで使いきれずに賞味期限をむかえてしまう調味料や食品のアレンジをご紹介します。

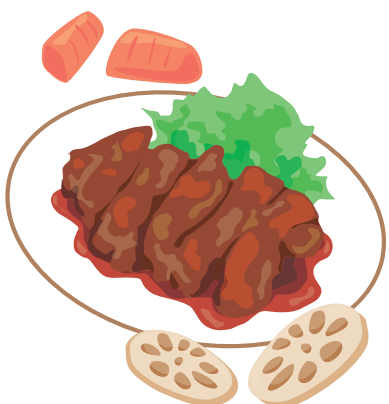
みなさま、元気で過ごすごうか？

みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちよつと役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「余りがちな調味料や食品を活用する」です。

使いたくて買ってはみたものの、最後まで使いきれず、冷蔵庫の中で眠っている調味料や食品、ありますよね？今回はそんな調味料たちをいろいろな料理に活用してはいかがでしょうか？

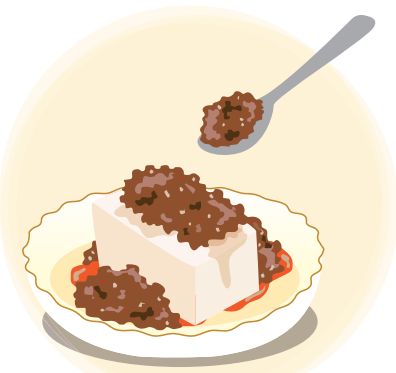
アジアや中華系調味料も手軽に活かせる

●**スイートチリソース**…鶏肉（モモでも胸でもOK）の照り焼きにいかが？鶏肉を焼いて火が通ったら、砂糖、しょうゆ、みりん、そしてスイートチリソースを入れてからめるだけ！ちよつと甘辛な大人の味わいに。



鶏肉の照り焼きには、レンコンやにんじんなどを一緒に合わせてもおいしいですよ。

ミックスを軽く湯通し後に炒め、ケチャップ、スイートチリソース、酒、しょうゆを加えます。白ネギやにんにくのみじん切りをくわえてもおいしいです。



肉みそは、ご飯に混ぜたり、麺にからめたり、豆腐に乗せたりと、いろいろ使えます。

つくって、つくり置きすることをおすすめします！冷蔵庫で3〜4日、冷凍なら1ヵ月ほど保存できます。豚ひき肉を炒め、出た油はキッチンペーパーなどで拭き取ります。ここに、しょうがや長ねぎのみじん切りをくわえてもOK。酒、砂糖、テンメンジャン、みそ、こしょうを合わせ加えて炒めれば完成です。

テンメンジャンのアレンジソースもおすすめです。テンメンジャンとしょうゆ、酒、砂糖を合わせ、鍋な



頭の体操！間違いがしゲーム

上下のイラストで違うところを箇所あります。さあ！チャレンジしてみてね！

答えは裏を見てニヤ〜



どに入れて煮立ったらできあがり。焼いたお肉や野菜にかけるだけなのでラクチンですよ。

マーボー豆腐や回鍋肉など、食材に入れるだけで仕上がるレトルト調味料にちよつとプラスしてみても、本格的な味が楽しめます。

そのまま食べるだけじゃもったいない！活用法

梅干しや漬物もそのまま食べる以外に活用してみてもいいかが？

●**梅干し**…細かくたたいた梅干しにみりんと砂糖を合わせ、細かく切ったたけのこの水煮と合わせるだけで涼しげな副菜のできあがり！豚肉や玉ねぎなどの野菜を炒め、細かくたたいた梅干しとみそ、みりん、砂糖を合わせてからめれば梅みそ炒めに。



調味料は、味を見ながら、お好みに合わせて調整してくださいね。

漬物は意外と賞味期限が短いのでアレンジで使いきりましょう！
●**白菜の漬物**…市販の昆布の佃煮とすりごま、ごま油をまぜればお酒のおつまみに♪
インスタントラーメンに汁を絞った白菜を乗せるだけでもおいしいですよ。
●**きゅうりの漬物**や**しば漬**…細かく刻んでチャーハンに混ぜたり、肉野菜炒めに混ぜれば、味わい深くなり、食感も楽しいものに。いかがですか？いろいろ試してみてくださいね！

イマドキ トピックス

今話題のHOTなニュースをご紹介します！

おしゃれで使える！
ブレッドケース

ブレッドケースとは、パンをホコリや虫から守るケースのこと。おしゃれなデザインが雑貨店などで見られます。内部もゆったりしているのでちょっとした収納にもお役立ち。たとえば、キッチンではお茶やカトラリーなどのカフェグッズをひとまとめに。また、食べかけのお菓子の袋も気がつく回数種類になることがあるので、それらをまとめて入れておくだけですっきりします。スパイス類など、こまごました調味料もトレイに乗せて入れれば、使うときだけトレイごと出し、使い終わったらしまうようにすればラクに使い、ホコリなどからも守れます。洗面室では綿棒やコットン、毛抜きなどのお手入れグッズをまとめられておすすめです。その場合、キッチンに関連した文字が書いてない、超シンプルなものだとは違和感なく使えます。



日焼け止めの効果的な塗り方

今や、季節問わず必要になっている日焼け止め。塗りムラがあると十分に効果を発揮できないことも。顔はまず、基礎化粧品でのスキンケアで保湿をしっかり行い、肌の土台をつくります。その後で日焼け止めをつけましょう。パッケージなどにある1回の使用量を守り、肌の状態や顔の大きさによって微調整を。手に取ったら、おでこ、鼻、目の下、頬、あごに置きます。顔の内側から外側に向かって手を大きく動かしながら、やさしく塗り広げます。小鼻も指先を使って、丁寧になじませましょう。塗り広げるときに「顔が白い」と思っても、両手でなじませることで自然な色味になるので、最後の工程はとて大切です。腕や足は、直接塗る部位に線を書くようにたっぷりと出します。そこから円を描くように広げましょう。腕は内側、足は内側の側面に塗りムラが出やすいので注意してください。耳や首の後ろ、手や足の甲も意外と焼けるのに忘れがちなのでぜひ、塗りましょう！

一粒万倍日と天赦日って？

大安や仏滅など、物事を進めるときに気にする暦。ほかにも知っておくのにおすすめの暦があります。「一粒万倍日」は、一粒のもみが万倍にも実る稲穂になるという日のこと。この日からお財布を使い始めたり、新しい事を始めるなど、何か新しいことをするのに最適だといわれています。逆に、借金や人からモノを借りるのは、苦労が万倍になるといわれているので、NG。一粒万倍日はひと月に数日あり、インターネットなどで調べることができるので、ぜひチェックを。「天赦日（てんしゃび）」は天がすべての罪をゆるすという吉日。何をしても良いといわれているので、婚礼やお引越し、開業などに良いといわれています。2018年の天赦日は7月1日、9月13日、11月28日。以上の2つの暦が重なるとさらに吉といわれていますので、参考してみてください。



CHECK 1

断熱・防音・防湿効果
二重窓にリフォーム!!

インプラスウッド
インプラス

CHECK 2

採光・通風効果
安心ルーバーにリフォーム!!

可動ルーバー二重窓

CHECK 3

断熱・通風効果
省エネドアにリフォーム!!

リシェント

CHECK 4

日射遮蔽効果
外付スクリーンにリフォーム!!

スタイルシェード

ワンダーリフォームでエコ住宅に!!

エネルギーを消費しない家づくり。それは、地球にもお財布にもやさしい家づくり。ワンダーリフォームは1日の工事で環境に配慮した快適な住まいにすることができます。

■夏の流入割合
【夏の冷房時】

開口部 73%

■夏の流出割合
【冬の暖房時】

開口部 58%

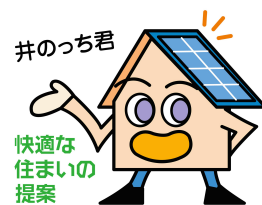
※1 一般複層ガラスの窓にスタイルシェードを使用した場合の性能です。関連JISなどに基き計算および算出した値であり、保証値ではありません
※2 社内シミュレーション値です。詳細なシミュレーション条件はカタログをご覧ください。

1 day Reform

ONE DAY eco REFORM

リフォーム

たった1日、あつという間の



便利・安全・安心!最新リフォーム商品情報

洗練されたデザインで機能性もバツグンの最新のリフォーム商品をいち早くご案内いたします。

STYLE SHADE

スタイルシェード



あなたスタイルで
夏の日差しをカットして
いままでになく心地よいお部屋に。

LIXIL



夏になると、窓から日差しが差し込んで、とにかく暑い。すだれやよしずは傷み心配があるし、見た目もちょっと…。そんなお悩みも、“外付日よけ”ですっきり解決。窓の外側で日差しをカットして、暑さをすっきり。スマートなデザインで、見た目もすっきり。使わない時も、邪魔にならずにすっきり収納。夏をより涼しく、心地よく過ごすために、LIXILの“外付日よけ”をご活用ください。

カラーは9色	

※生地・織目・柄は製品特性上、ボトムバーに対して平行にならない場合があります。
※アッシュブルーは縦糸と横糸で異なる色を使用していますので、見る角度によって色味が変わります。

日差し対策は窓の外側がいちばん効果的!

日射熱による室温上昇を抑え、冷房費を節約。

日射熱
83%
カット※1

冷房費
年間**31%**
節約※2

紫外線も
最大**99%**
カット※3

※1, 3 一般複層ガラスの窓にスタイルシェードを使用した場合の性能です。関連JISなどに基き計算および算出した値であり、保証値ではありません
※2 社内シミュレーション値です。詳細なシミュレーション条件はカタログをご覧ください。

1分動画
商品説明へ

“下げる
だけ”
のカンタン日差し対策!
サッと下げるだけで、
しっかり日差しをカット
使わないときはすっきり収納

Basic style
フック固定タイプ

窓の外側でしっかり日差しをカットできます。

Balcony style
手すり固定タイプ

窓を開ければ、バルコニーの横を吹き抜ける風を採り込めます。

Deck style
デッキ固定タイプ

庭先に心地よい日陰空間を生み出します。

写真・記事：株式会社 LIXIL

間違いさがし答え：①山頂 ②女の子の筆 ③男の子の椅子 ④イーゼル足の足 ⑤おじいさんの道具箱

ご相談・お問い合わせはこちらまで



(有) 井上興産

〒771-0134 徳島県徳島市川内町平石住吉3-29
Tel : 088-666-3155 Fax : 088-666-3156
E-mail : inouekousan@theia.ocn.ne.jp
http://www.inouekousan.jp/index.php

安心リフォームのお約束

納得のお見積りでのご契約、近隣の皆様へのお知らせから、
又、各種助成金等のご提案、書類作成から提出まで、
ご多忙な施主様のお手伝いをさせていただきます。

