

住いのかわら版

Vol.45

<発行>

(有)井上興産

徳島県徳島市川内町平石居吉3-29
Tel: 088-666-3155/Fax: 088-666-3156

お問い合わせは、こちら→ 0120-64-3155

水だしでおウチカフェを楽しんでみませんか？

いつものコーヒーやお茶を水でゆっくり抽出してみると、また違った味わいが。ぜひ、試してみてください。

みなさま、元気でお過ごしでしょうか？

みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちょっと役立つ情報を届けいたします。今回のテーマは「いろんな水だし」です。

お茶やコーヒーを飲むとき、お湯を沸かして……というのは一般的ですが、今、水でゆっくりと抽出する水だしが人気です。水だしでさわやかなおウチカフェを楽しみましょう。



カフェインも熱湯で淹れるより少なくなるので、体にもやさしいです



ペーパードリップ用に挽いた豆の粉50~100gを、茶葉などを入れる専用のパックに入れ、ガラスのポットなどに入れます。そこに、1リットルの水を注ぎ、常温のまま、30分~1時間ほど置いたのち、冷蔵庫で6~8時間ほど置けば完成！夜のうちにセットすれば朝にはおいしく飲めますよ！



豆や茶葉の量は濃さや味わいによって調整してくださいね

水だしの最大の特徴は、渋みや苦みが抑えられること。コーヒーや紅茶はすつきりとした味わいになり、緑茶はまろやかな甘みが楽しめます。特に、緑茶は免疫力を高めるエピガロカテキンや美容に良いといわれているビタミンC、紅茶もビタミンB,Cも抽出。また、水だしの紅茶や緑茶には、抗酸化作用を持ち、リラックス効果が期待できるテアニンも多く抽出されるそうです。



いろんな水だしをつくってみましょう

●コーヒーの水だし

初心者的人は酸味が少なく、えぐみなども出にくい中挽きで深煎りの豆を使い、常温の軟水で淹れるのがおすすめ。日本の水道水はほとんど軟水なので、水道水でも構いません。そこからいろいろお好みを試してください。



豆や茶葉の量は濃さや味わいによって調整してくださいね

ポットなどに入れ、水を1リットル注ぎます。3時間~半日、常温に置き、茶葉を濾せば完成です。茶葉と水を入れてからすぐ冷蔵庫で抽出してもOK。その場合は4~8時間置くと良いですよ。もっとお手軽に、というなら、ティーバッグを使ってみたは？ 水1リットルに対しても3時間程度置けば完成します。

また、生のミントを少しづつ一緒に入れ、水だしすると、すっきりとした味わいが楽しめます♪ ここに、はちみつやシロップなどを加えても良いですね。

●緑茶の水だし

茶葉10~15gをガラスのポットなどに入れます。そこに、水1リットルを注いで、軽く振ったのち、冷蔵庫で6~8時間置けばできあがり！



頭の体操！間違いさがしへ
上のイラストで違うところが5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～



粉や茶葉を簡単に分けられる水だし専用のポットもあるのでぜひチェックしてみて♪

どちらも、最後まで美味しく楽しむには、できあがりの当日に飲みきることをおすすめします。

もうと甘みを楽しみたいなら、氷でもおすすめ。水だしの方が、エピガロカテキンが多く抽出されるそうです。急須などに茶葉10gほど入れます。そこへ、20ミリリットルくらいの水と氷をたっぷり入れてしばらく待ちます。氷が少し溶けて水の量が増えたらグラスに注いで召し上がれ♪ 氷が残ったら、溶けるまで数回楽しむも良し。また少し水を足して楽しむも良しです。

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！



いろいろ使える！手ぬぐい

100円ショップでも手軽に手に入る手ぬぐい。デザインも豊富で見ているだけでも楽しいですが、いろいろと活用できます！長方形の手ぬぐいを何等分かに切れば、ちょっとしたお菓子のおすそ分けにも使え、お弁当を包むときには、手ぬぐいのまん中にお弁当を置き、上下でお弁当を覆います。あとは両サイドを軽くひねって結ぶだけでOK。薄くて乾きが早いのでキッチンタオルや食器ふきにも最適。横にして両サイドを少し折ればランチョンマットにもなります。クリップをつけてつっぱり棒などに取り付ければ小窓のカーテンにもなり、カラーボックスの目隠しとしても使えますよ。柄がかわいいけど、使い道がない場合は、正方形に切ったダンボールや発泡スチロールをくるんで後ろをピンなどで留めれば即席インテリアボードに。楽しんでみてくださいね。



食中毒のご注意を

気候の変動により、高温多湿の時期が多くなってきた日本にとって、食中毒は常に気を付けなければならないものに。そこで、食中毒を防ぐ方法をご紹介します。調理中に肉や魚用と野菜用とまな板や包丁を使い分けるのはもちろんですが、使った後も食器用洗剤でよく洗い、最後に熱湯を流してしっかりと乾燥させましょう。肉や魚を触った後の手洗いも忘れずに。また、食品を保存する際、冷蔵庫内に食品を詰め込みすぎて温度が均一にならないと菌の繁殖のリスクが上がるそうです。保存の際は、常に10度以下が望ましいので、庫内の収納は7割程度にしましょう。冷蔵庫を開ける時間が長いと、庫内の温度も下がりにくくなるので、ご注意を。残り物を保存する際も冷やしやすくするために小分けにすると良いですよ。冷凍したものを使う場合は使う分だけ解凍を。余ったからといって再度、冷凍するのは、菌が繁殖する場合があるので避けましょう。



おにぎりとおむすびの違いって？

生活のなかで、なんとなく使っているものの名前でも、意味が曖昧なものってありますね。たとえば、「おにぎり」と「おむすび」の違いが何か分かりますか？「おにぎり」はどんな形でも飯を握ったもの。「おむすび」は三角形に握ったものに限ってそう言うそうです。ならば「クッキー」と「ビスケット」の違いは？「クッキー」は糖分と脂肪分を合わせて40%以上含む焼き菓子で、それ以下のものが「ビスケット」というくくりがあるようです。「ソーセージ」と「ワインナー」の違いはというと、「ソーセージ」は塩漬けした肉を練り、調味して羊の腸などに詰めて乾燥、ボイルもしくは燻製にしたもので、「ワインナー」はソーセージの一種で、豚肉と牛肉の塩漬けにしたひき肉等に香辛料を加えて練りあわせたものを言うそうです。知つてみると面白いですね！

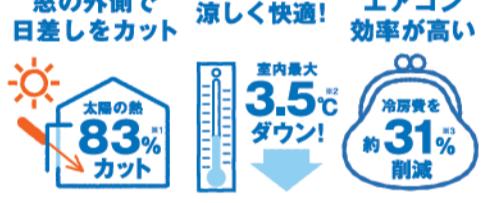


キャンペーン対象商品



強い日差しや紫外線を効果的にカット!
外付日よけ
「スタイルシェード」

窓の外側で
日差しをカット 涼しく快適!
エアコン
効率が高い



熱中症ゼロへ 2018

スタイルシェードは、熱中症にかかる方を減らし、亡くなってしまう方をゼロにすることを目指して、「熱中症ゼロへ」プロジェクトに参加しています。
公式サイト <https://www.netzero.jp/>

スタイルシェードは、熱中症にかかる方を減らし、亡くなってしまう方をゼロにすることを目指して、「熱中症ゼロへ」プロジェクトに参加しています。
公式サイト <https://www.netzero.jp/>

玄関リフォーム 収納網戸 内窓（二重窓） 取替窓 「リシェント」シリーズ 「しまえるんですα」「インプラス」シリーズ

外付け可動式日よけ 「彩 風」 テラス屋根のスタンダード 「スピーネ」 安心強度 テラス屋根 「パワーアルファ」

木目が美しい テラス屋根 「シュエット」 独立式ルーフ テラス屋根 「フーゴFテラス」

窓の外側で
日差しをカット 涼しく快適!
エアコン
効率が高い

太陽の熱
83%
カット
室内最大
3.5°C
ダウン!
冷房費を
約31%
削減

太陽の熱
83%
カット
室内最大
3.5°C
ダウン!
冷房費を
約31%
削減

太陽の熱
83%
カット
室内最大
3.5°C
ダウン!
冷房費を
約31%
削減

太陽の熱
83%
カット
室内最大
3.5°C
ダウン!
冷房費を
約31%
削減

太陽の熱
83%
カット
室内最大
3.5°C
ダウン!
冷房費を
約31%
削減

太陽の熱
83%
カット
室内最大
3.5°C
ダウン!
冷房費を
約31%
削減

太陽の熱
83%
カット
室内最大
3.5°C
ダウン!
冷房費を
約31%
削減

太陽の熱
83%
カット
室内最大
3.5°C
ダウン!
冷房費を
約31%
削減

太陽の熱
83%
カット
室内最大
3.5°C
ダウン!
冷房費を
約31%
削減

太陽の熱
83%
カット
室内最大
3.5°C
ダウン!
冷房費を
約31%
削減

太陽の熱
83%
カット
室内最大
3.5°C
ダウン!
冷房費を
約31%
削減

太陽の熱
83%
カット
室内最大
3.5°C
ダウン!
冷房費を
約31%
削減

LIXIL 夏のクールリフォーム キャンペーン



2018年5月16日(水)～8月15日(水)

対象商品を使用したリフォーム工事で素敵な賞品を
抽選で合計600名様にプレゼント!



毎月 10 名様



毎月 30 名様



毎月 60 名様



毎月 10 名様



毎月 30 名様



毎月 60 名様

■キャンペーン期間

2018年5月16日(水)～8月15日(水)

8月31日(金)まで

開催期間中に対象商品を使用したリフォーム工事を実施いただいたお客様。
※応募はお一人様、1回限りとなります。

賞品の発送をもって発表に代えさせていただきます。

<http://www.lixil.co.jp/reform/s/coolreform/>

応募に関する詳細情報および申請方法については、

上記専用サイトをご確認ください。

※2018年5月16日(水)サイトオープン予定

LIXIL 夏のクールリフォーム



間違いさがし答え：①お父さんの紙飛行機 ②ビル ③犬の首輪 ④川 ⑤女の子の紙飛行機



増改築・屋根・リフォーム・太陽光発電システム 徳島県知事許可（般-22）第70106号

Tel 088-666-3155/Fax 088-666-3156
URL <http://www.inouekousan.jp/>
E-Mail inouekousan@theia.ocn.ne.jp

お問い合わせは、こちら→ 0120-64-3155

