

手抜き? いやいや効率的かつラククン
煮る・焼く・蒸す当然の工程を当然と思て
ネットを見るとスゴク簡単にできることに

調味料

しょうゆ、酒、みりん等をなべで作っていた → めんのゆで水

蒸し鶏を炊飯器で作る

1. 鶏肉と塩を炊飯器に入れ、鶏肉がひたひたになるまで、熱湯をそそぐ
2. 炊飯器のふたをして保温状態にセットし1時間半~2時間置く
3. 時間にならば保温を切り茹で汁に付けたまま室温で冷ます。
4. コシ油1、しょうゆと酢2(大匙)を全て混ぜ合わせてタレを作る
5. お好み野菜とカットした3の鶏肉に4のタレをかけたら完成

ギョーザ

ひとつひとつ手で包んで焼くギョーザですが...



直径26cmのフライパンにサラダ油大匙1をひきギョーザの皮を重ねる部分に水を薄くつけながら全体に敷きつめる
皮の縁に水を薄くつけ全体的に肉だねを平らに広げる同様に2段目3段目とギョーザの皮を広げ肉だねを平らに皮の縁を密着させて熱湯を

そそぎ、蒸し焼にする。水気を飛ばしサラダ油大匙1を縁に回し入れ1~2分焼き、裏返して焼色が付いたら3分程焼いて器に盛る。ピチ風の↑



を求む!
いた。

♪ ミニフューズギョーザのできあがり♡

自分では思いもつかな、事ばかり!

新発見がまたまたありそうです。

10月の今日は何の日?

お話しネタとして、取り入れてみて~

10月2日は「豆腐の日」

10月7日は「ミステリー記念日」

【由来】1849年のこの日、ミステリー小説(推理小説)の先駆者であるアメリカの作家エドガー・アラン・ポーが亡くなったことに由来しています。

10月8日は「足袋の日」

【由来】10月は「七五三正月・成人式を和装で足袋をはく季節の前」あたり、「8日」は「ハ」が未広がりで縁起が悪いことから日本足袋工業会が1988年(昭和63年)に制定しました。

10月11日は「ウイングの日」 「10」と「11」を倒して見るとウイングをしているように見えることから制定され、この日にウイングすると思いが伝わるというわけだそうです。

10月13日は「サツマイモの日」

【由来】埼玉県川越市のサツマイモ愛好者の集まりである「川越いも友の会」が制定
江戸から川越までの距離が約13里あったことからサツマイモが「栗(九里)より(四里)うまい十三里」と言われたことが由来だそうです。



10月14日は「鉄道の日」

10月25日は「世界パスタデー」

10月27日は「千代バズデー」

10月31日はおなじみの「ハロウィン」です



ホームページはこちら!

揺れてる! そのときどうすれば?! その②

【寝ているときに地震が起きたら】地震が来たらずいぶん布団や枕を巻き、頭などを守り、揺れがおさまるのを待ちます。又転倒事故が多いので、慌て起き上がらないようにします。

家具や家電の下敷きにならないよう、日ごろから安全な寝室に直撃しないような配置や直付式の照明に替えるなど、又地震で停電などが起きることもあるので、懐中電灯やガラスなどでけがをしないように靴や軍手など人数分用意しておくと良いでしょう。(寝室用避難セット)



【入浴中に地震が起きたら】揺れがおさまったら落ち着いてドアを開けて避難経路を確保するお風呂場の床はすべりやすいので、姿勢はなるべく低くして割れたガラスなど踏み抜かないよう注意を!! 脱衣所に着替え一式をまとめたおしとすべり着替えられます。

大きな地震後はライフライン(電気、水道、ガス)が止まったり電話が使えなくなったりします。ライフラインが止まっても3日は暮らせるだけの水や食料など平時に用意しておきましょう。

又避難場所や避難経路など地域のハザードマップを確認しておきましょう。



日ごろから避難方法を確認しておく事が大切です。

□の中に言葉を入れて正しいことわざ慣用句を完成させてください。



① 楽するより□□が易し
(前もって心配していたことでも、物事は実際にやってみれば意外簡単なものだ)

② 伝家の□刀
(いざというときに使う、とっておきの手段、伝家はその業に代々伝わるの意)

③ □□危うきに近寄らず
(学識、人格がすぐれた人は言動を慎み、危険な場所には近づかないということ)

④ □□に唾する
(人に害を与えようとしたつもりが、かえって自分に災いを招くこと)

⑤ 先んずれば□□を制す (相手より先に行動すれば優位に立ち相手を制することができる)

⑥ □□を仇で返す (恩を受けた相手に感謝するどころかかえって害を与えること)

⑦ 地獄で□□ (大きな危険や困難に直面しているときに思いがけず救いの手が現われるということ)

⑧ □□は水よりも濃し (血縁の絆は強いもので、他人よりも頼りになるということ)



可⑧ 7⑤ 箇⑦ 7⑤ 玉⑤ 玉⑤ 百⑤ 半⑤