

LPガスショップ ニシモトヤのミニミニ情報便り

# こぼこだより

KOBAKODAYORI vol.29 [2018 AUTUMN] SINCE 2004

広島をガスで元気に盛り上げる!ニシモトヤです!!



- ◎美味しい店! 旬月 神楽 白島工房 旬の素材を吟味し、季節を味わう。
- ◎秋のおすすめスポット マツダミュージアム 秋の空気を、秋の芸術を、心ゆくまで存分に楽しむ!!

郵便はがき

料金受取人払郵便

広島東局 承認 162

差出有効期間 平成30年11月30日まで <切手不要>

(受取人) 広島市東区光町1丁目6-10 有限会社 ニシモトヤ 「こぼこだより vol.29」係

7328790 002



旬の素材を吟味し、季節を味わう 楽しみをお届けします。

旬月 神楽 白島工房

美味しい店!

今回ご紹介するお店は2016年7月にOPENした和菓子店「旬月 神楽 白島工房」。店内では一番人気のどら焼きや生菓子、饅頭などの和菓子を購入でき、カフェスペースでドリンクと一緒に和菓子を食べながら時間を過ごすこともでき、タイミングが合えばお菓子を作っているところも見ることが出来る。取材中も近所のご夫婦が冷たいものを食べながらお話をされており、小さい子どもを連れてお母さんがどら焼きを買いに来られたり、社員が手土産に和菓子を買

いに来る、そんな地域に愛されるお店だ。ちなみに店主の明神宜之さんは広島で開催された全国菓子大博覧会で農林水産大臣賞を受賞するほどの凄腕和菓子職人である。

新しい事を取り入れながら和菓子文化を伝えたい。和菓子や和菓子職人をもっと身近に感じていただけるように、店内で子どもたちに生菓子を作る教室をしたり、どら焼きの生地を焼いて実演したりしています。カフェスペースも和菓子に合うコーヒー豆をオリジナルでブレンドしてもらったり(笑)新しい事を取り入れながら和菓子文化を伝えていければと思っています。

旬月 神楽 白島工房

住 広島市中区白島中町4-16

営 9:00~18:00

☎ 082-512-3288

休 火曜日

〒 4台

金と銀、北海道産のお菓子をどうぞ。

オススメメニュー

どら焼き 北海道産の大納言小豆を甘き抑え目にふくら焼き上げた「金のどら焼き(195円)」どら焼きでは珍しい「白小豆を使った「銀のどら焼き(195円)」

「a」広島産の果実を厳選ゼリーにしました。「瀬戸内ゼリー(はっさく・はちみつ・レモン・ブルーベリー)(各280円)」「b」カフェスペースでお好きなお菓子と一緒に「神楽珈琲(350円)」「抹茶(400円)」などをどうぞ。「c」乙女のひとときドライフルーツどら焼き(1個 230円、3個入り 800円)」

こぼこだより読者様限定特典!!

注文時にこぼこだよりvol.29を見せると 1,000円以上のご購入の方に どら焼き金・銀のどちらか1個 プレゼント!

※グループ全員様有効 ※他券と併用不可 期限:2018年12月末まで

旬月 神楽 白島工房

住 広島市中区白島中町4-16

営 9:00~18:00

☎ 082-512-3288

休 火曜日

〒 4台

いつもお世話になっ てもお話しに なって おります!!

ニシモトヤです!!

読んで! 出掛けて! 送って! 当てるよ!

「ニシモトヤ」から 届くお菓子! 食卓を 彩ります!!

「ニシモトヤ」から 届くお菓子! 食卓を 彩ります!!

24時間365日緊急時出動体制

省エネ 環境 保安

LPガスショップ 有限会社 ニシモトヤ

フリーダイヤル 0120-263657

〒732-0052 広島市東区光町1丁目6-10 TEL (082) 263-4154 MAIL nishimotoya@nishimotoya.co.jp http://www.nishimotoya.co.jp

環境保護のため、再生紙を利用しています。

本日のピックアップ もち麦

もち麦には水溶性食物繊維の一種であるβ-グルカンが含まれており、動脈硬化、糖尿病、大腸がん、高血圧の予防やダイエット効果、腸内環境の改善・免疫力の向上・皮膚の保湿作用など様々な効果があるとされています。しかし、もち麦のみではこれらの効果は得られませんので、野菜や豆類と一緒に摂取すると効果が現れやすいと言われています。

①もち麦を15分ほど茹で、ざるにあげておく。②[A]を食べやすい大きさにカットして、オリーブオイルでしっかり炒める。③火が通ったら、水煮大豆をいれて軽く炒め、コンソメ・トマト缶・水を入れ、沸騰してから5分煮込む。④塩で味を調えたら火を止める。⑤先にもち麦をカップに入れ、スープを注ぎ、できあがり!

今回は手動カッターを使用して野菜をみじん切りにしました。少し多めのもち麦と一緒に煮込むとリゾット風になります。冷めても美味しいです!

一口メモ

ふぎよぎよ! あまったご飯で五平餅!

①あまったご飯を温めて、すりこぎなどで、しっかりつぶす。②つぶしたご飯を濡らした手で取り、一度きゅっと握り固めてから箸を押し当てるようにつけて成形し、皿に並べて乾かす。(こげつき防止で、持ち手にアルミを巻いておく。)③くるみを砕いて【タレ】を混ぜ合わせる。④魚焼きグリルを熱し、五平餅を弱火でじっくりと両面白焼きする。⑤片面に【タレ】を塗り、弱火でじっくりと焦げ目がつくまで焼く。⑥ひっくり返して【タレ】を塗りこんがり焼いたら、できあがり!

乾かすのと白焼きをしっかりして、魚焼きグリルに粗くシワをつけたアルミを敷いて油を塗っておくとくっつきにくい。

一口メモ

いつもニシモトヤをご利用いただきありがとうございます。「こぼこだより」をご愛読いただきありがとうございます。「こぼこだより」をつくる一員としてこれからも楽しい話題等掲載に努めてまいりたいと思います。私共ニシモトヤ社員一同、皆様の生活の一部としてこれからも「安心、安全、快適」をご提供できるように努力してまいります。

好きなガス機器: 床暖房 趣味: パソコン作成、ドライブ

新江 途弘 (しんえ みちひろ)

いつも沢山のオススメ情報 ありがとうございます★

● 大町二丁目にある「Cent」。精肉店直営店なので、鮮度のいいお肉を溶岩焼きで食べたらもう最高です。すじ煮込みも、ローストビーフも、たたきもおいしいです☆(温品 H様)

今話題沸騰中の「こぼこ茶」を知っていますか?

腸をキレイに便秘も改善! カラダの内側から痩せたい人にもお勧めです。

食物繊維の中でも水溶性食物繊維(イヌリン)は水に流れやすく食べる事での摂取が困難と言われています。ですが、煮出して抽出したイヌリンをお茶にする事でたっぷり摂取でき、腸内環境の改善も期待され継続的に飲むことでダイエット効果も期待できます!しかも、こぼこ茶には多く含まれるポリフェノールの一種であるサボニンが若返りや、美肌効果に効き目があり、健康面でも冷感改善や動脈硬化、高血圧予防も期待できます。

生活習慣病にも効果靚面!

産後のママさんにもうれしいこぼこ茶!こぼこ茶には母乳をサラサラにして、乳腺炎予防することに加え母乳の出を良くする母乳の質をあげる効果も期待できるのです!

ORAC値 (μmol TE/100g)

生ごぼう	25000
乾燥ごぼう	20000
ほうれん草	15000
ブロッコリー	10000
にんじん	5000
玉ねぎ	5000
セロリ	5000

