

LPガスショップ ニシモトヤのミニミニ情報便り

こばこだより

KOBAKODAYORI vol.37 [2022 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!

ナッツ カフェ&バル イケヤ
栄養満点なナッツを
オシャレに美味しく楽しむ!

秋のおすすめスポット

福山市 鞆の浦
秋の空気を、秋の芸術を、
心ゆくまで存分に楽しむ!!

お得・納得
豆知識情報満載!!
秋のお供はこばこ!!
こばこプレゼントも
あります!!

料金受取人払郵便
広島中央局
承認
5095

郵便はがき

7328790

644

(受取人)
広島市東区光町1丁目6-10
有限会社 ニシモトヤ
「こばこだより vol.37」係

地球に優しい生活してみませんか?



ニシモトヤはあなたのエコライフを応援します。



美味しい店!
グルタ

本場イタリア料理と
ワインのお店!

gruta
trattoria

店名の「グル」はイタリア語で「鶴」という意味。ロゴマークのモデルにもなっているオーナーシェフの鶴田さんはホテルレストランで12年腕を磨いた後、イタリアスカーナのレストランで学んだ経験を持つ。食材・調味料・ワインは可能な限りイタリア産を仕入れ、野菜は鮮度優先で広島県産を使用する。昼は日替わりで3種類のパスタをメインに、前菜、デザートも各種用意。夜はおまかせのコース7品とワインを楽しむ。パスタの種類は仕入れた食材によって変えており、通う度に楽しめそう。鶴田さんは話やすく、料理やワインの事を話しながら気軽にイタリア気分を楽しめそうだ。

もっと気軽に「美味しい」を味わってほしい
「イタリアの美味しいパスタとワインを気軽に楽しんでほしい」そんな想いから本場イタリアに渡り味を学んだオーナーシェフの鶴田さん。その想いは、調理・食材・ワインの仕入れに限らず、食器もお気に入りの陶芸家から取り寄せ、店内のテーブル・椅子・高さにまで気にかけて作ってもらったそう。



●表示価格は全て税込価格となります。 ●季節や仕入れにより内容が変わることがあります。

夜のコース7品 (5,500円)

【つきだし】 stuzzichino
イタリア産水牛の
モッツアレラチーズと
古江の無花果

【前菜1】 antipasto uno
鮎のコンフィ
梨とオクラのソース

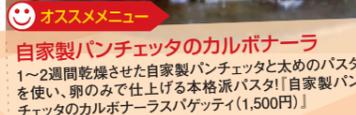
【前菜2】 antipasto due
広島赤鶏とキャベツの
テリーヌ

primo piatto
シャドークイーンのニョッキ
ゴルゴンゾーラソース

secondo piatto
芸北高原ボークの
ブルーベリー煮込み

【パスタ】 pasta
太刀魚の
ジェノベーゼスパゲッティ

【デザート】 dolce
デラウェアの
スキャッチャータ



オススメメニュー

自家製パンチェッタのカルボナーラ
1〜2週間乾燥させた自家製パンチェッタと太めのパスタを使い、卵のみで仕上げる本格派パスタ!自家製パンチェッタのカルボナーラスパゲッティ(1,500円)



【b】旬の素材を集めた一皿「前菜(1,200円)」【c】シェフが選ぶセレクトワインの数々「グラスワイン(700円〜)」【d】ボトルワイン(4,500円〜)

gruta グルタ

☎ 082-275-6330

住 広島市西区古江新町6-4

営 昼 12:00〜14:00 夜 18:00〜22:00

休 日曜日、第1、3月曜日 P 2台

座 16席(カウンター8席/テーブル8席)

払 現金、クレジットカード、PayPay



事務員 見山の 独り言
先日ヨーグルトメーカーを買いました。こういった家電は買って満足して使わなくなるのですが、とても活躍しています。材料に使う牛乳とヨーグルトの種類や配合で、出来上がりが違ってくるので色々試しながら作るのが面白いです。最近はヨーグルトだけでなく甘酒も作っていて、ヨーグルトと甘酒を混ぜた「ヨーグルト甘酒」は、美味しくて腸活にもおすすめです。

こばこだよりに関するお問い合わせはニシモトヤ(0120-263657又は082-263-4154)まで

COOKING

本日のピックアップ 車麩

お手軽 COOKING

お麩は小麦粉を原料とした食品で、生地を棒に何重にも巻き付けて焼いたものが車麩です。主たるタンパク質のほかにナトリウムやカルシウム、鉄、亜鉛といったミネラルが入っており高齢者やお子様の離乳食にもおすすめです。また焼き麩は保存食に適しています。

① 車麩を一口大にカットして水で戻し、柔らかくなったら絞って水気を切り、卵液につけてしばらく置く。
② 具材を一口大にカットする。
③ 油をひいたフライパンで①をふんわり炒めて、一旦取り出す。
④ 具材を炒め、残った卵液と③を戻し、醤油を回しかけ軽く炒める。
⑤ 器に盛ってできあがり。

【材料】 2〜3人前
車麩 1本(20g)
醤油 風味程度

【卵液】 たまご 3個
めんつゆ 大さじ1

【具材】 ランチョンミート 1缶
ニンジン 1/2本
キャベツ 3枚

車麩は柔らかくなるまで水でしっかり戻し、よく絞ってから卵液に30分ほどつけて中までしっかりしみこませてください。

① 薄力粉とベーキングパウダーに黒糖液を少しずつ加えながら混ぜ、生地をつくる。
② フライパンに油をひき、温まったら弱火にして生地を薄く広げて焼く。
③ 表面が乾いたら裏返し、また表面が乾くまで焼く。
④ 粗熱が取れたら端から巻いてできあがり。

【材料】 6人分
薄力粉 100g
ベーキングパウダー 小さじ1/2

【黒糖液】 黒糖(粉) 80g
お湯 200cc

黒糖を入れずに焼いて肉みそを巻く「ほーほー」もあります。米粉を使うとモチモチしておすすめです。

新しい料理動画をアップしています。QRコードを読み込んで、動画を見ながら料理が出来ますよ。皆さん是非ご覧下さいね!!

社員紹介

いつもお世話になります。
“安心・安全・快適”をモットーに日々、ガスの点検など元気にまわっております。
今後とも、よろしくお願いいたします。

杉本 敏哉 (すぎもと としや)

◎好きなガス機器: 衣類乾燥機(乾太くん)
◎趣味: 愛犬と散歩・サイクリング・釣り
【担当】 中区・南区・府中町

読者情報館

いつも沢山のオススメ情報
ありがとうございます★

● 廿日市市阿品台にある「野ら一休」は手作りの田舎むすびとおはぎのお店です。けっこう大きめなおはぎで、120円(税抜)。とっても美味しく大満足です!(地御前 K様)

進め! 幸 リフォーム隊

プロフィックス(補修)で蘇る!!

あそここの傷、あそここのへこみ...実はプロフィックス(補修)をすれば交換しなくても治せるかもしれません。

お家のそのキズ... 調べていませんか?

調べる前にニシモトヤへご相談ください。

- 床の劣化
- 小さな傷から大きな傷まで元通りに
- シートフロア えくれキズ
- 枠シート 剥がれ
- 家具の傷やサッシなどの歪みも同様補修可能です
- サッシ レール車 衝突
- 塗装物 テーブル 足キズ



カゴメ株式会社



保存食と災害時の現状について

災害に遭った際、少しでも健康を維持する為には食事が鍵を握ります。スーパーやコンビニは品切れになることがあり、支援物資は届くまでに時間がかかる恐れがあります。いつ起こるかかわからない災害への備えとして、普段から食料の備蓄をしておくことは、健康被害を防ぐ術の一つとなります。しかし食料や飲料水の備蓄は、まだまだ充分とはいえません。特に会社や学校、施設などは「人数分の購入費用負担が大きい」、「保管する場所がない」などの理由から食料備蓄が思う様に進んでいないのが現状です。

カゴメは備蓄食品の一つに長期保存可能な野菜の保存食をオススメします!

野菜の保存食

オススメするには理由があります!			手軽に野菜接種 が出来る
水分補給 にもなる	食器を 必要としない	常温でも おいしい	
普段から 親しまれている	飲みきりで 衛生的	1人に1つの 個配が可能	
火や電気を必要 とせず開けるだけ	持ち運び しやすい	保存性が高い	



セット内容

- 野菜一日これ一本
長期保存用
[190g] 6本
- 野菜たっぷりスープ
[160g]
トマト・かぼちゃ・豆
各2個



『野菜の保存食セットYH-30』

家庭内備蓄のオススメ! 長期保存用

2人世帯で3日分、家庭内備蓄に最適なコンパクトサイズ
野菜一日これ一本長期保存用190gと野菜たっぷりスープ160gの詰合せ。
長期保存可能な「野菜の保存食」セットです。



野菜一日これ一本

「野菜一日これ一本」は、栄養のバランスに配慮して30品目の野菜350g分をぎゅっと濃縮して使用しています。葉野菜や根菜等をバランス良く使用しているので、日ごろ不足しがちな食物繊維、カルシウムを補強することができます。忙しくて野菜がなかなか摂れない方におすすめの野菜飲料です。砂糖・甘味料・食塩・香料・保存料無添加。
※本品は、原料野菜の全成分を含むものではありませんが、不足しがちな野菜を補うためにお役立てください。

野菜たっぷりスープ

豊富な種類の野菜、豆、穀類がたっぷり入った野菜スープです。1食あたり食塩相当量1g以下のヘルシー設計で、塩分が気になる方にもおすすめです。常温でもおいしくお召し上がりいただけます。



ニシモトヤ劇場

「快適シャワー生活」の巻

ニシモトヤの日常が垣間見れるかも(!?)。日々の業務やおススメ情報をご紹介します!



今回はガスの「快適シャワー生活」についてをご紹介します。

今回はお風呂の「シャワーヘッド」についてをご紹介します。

「キモチイイ バブルシャワーピタ」は空気を含んだマイクロバブルシャワーの心地よいシャワーヘッドです。水にバブルが含まれることにより、気泡径約0.001mmの超微細細胞を発生させます。浴び心地はそのまま約40% (製造会社比による) の節水効果もあるんです。

取り付けも工具不要で簡単です!
※使用環境によって共振音が発生する場合があります。

※airスイッチをOFFにすることで共振音が減少します。
※OFFにすると気泡の発生も減少します。

浴び心地はそのまま節水できるシャワーヘッド! 無料お試し見本もご用意しておりますので是非お試しください。

編集者よりひとこと

先日、地元の夏祭りが3年ぶりに開催されました。未だコロナ禍が続く中、実行委員の皆さんは、様々な検討を重ねられ、感染対策をしっかりと、規模を縮小して、実施を決断されたようです。少し天候も悪く、本当に地域の皆さんがお祭りに来てくれるのか、ご心配もされたようですが、蓋を開けてみると大盛況でした。3年前に二分として手配した量のビールが3時間で完売して、追加発注されたとのこと。皆さん笑顔で、とても楽しそうにされていて、こういうイベントも大切な暮らしの一部なんだと改めて思いました。

暖房セール

2022年 10月17日(月)~11月30日(水)まで



こぼこプレゼントクイズ

広島県福山市にある「潮待ちの港として国内外との貿易で栄え、歴史に名高い旧跡や遺構も多く残されている街」は何という名前でしょうか?

(ヒント:「おすすめスポット」のコーナーを見てね)
※メッセージカードの○(マル)の中に答えを漢字で書いてね!



プレゼントご希望の方は、下の「ふれあいメッセージカード」にクイズの答え、希望商品(グルメ賞・宝箱賞・こぼこ賞のうちのどれか1つ)を必ずご記入の上、ご投函ください。
●応募締切: 2022年11月30日(水)当日消印有効 ●当選者の方には12月末頃賞品をお届けします。

秋のおすすめスポット

福山市 鞆の浦



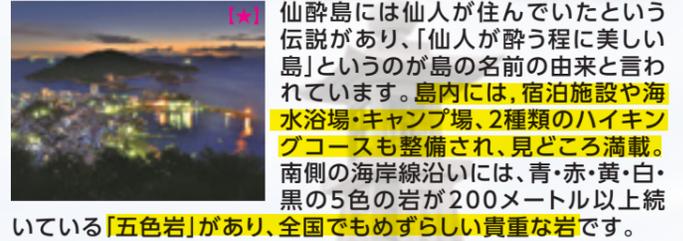
福山駅から南へ14kmの瀬戸内海沿岸のほぼ中央に位置し、古くから潮待ちの港として国内外との交易で栄え、歴史に名高い旧跡や遺構も多く残されています。映画のロケ地や演劇の舞台などにも使われ、2018年5月には、鞆の浦の港町文化をテーマとして日本遺産に認定され、一つの地域が国の「重要伝統的建造物群保存地区」、ユネスコ「世界の記憶」と合わせて3つの評価を受けているのは、国内で鞆の浦だけです。



画像提供: 福山観光コンベンション協会

こぼこイチオン! 仙酔島 (せんすいじま)

仙人が酔う程に美しい島でアクティブな思い出作り



仙酔島には仙人が住んでいたという伝説があり、「仙人が酔う程に美しい島」というのが島の名前の由来と言われています。島内には、宿泊施設や海水浴場・キャンプ場、2種類のハイキングコースも整備され、見どころ満載。南側の海岸線沿いには、青・赤・黄・白・黒の5色の岩が200メートル以上続いている「五色岩」があり、全国でもめずらしい貴重な岩です。

『〜とも・潮待ち軽トラ市〜』福山市鞆町で開催している朝市

軽トラ市とは軽トラックや軽ワゴンで会場に乗り入れ、地元の鮮魚・野菜・特産品・加工品などをその場で販売する朝市。「地域に根差す朝市に!」「地域を元気にしたい!」という想いから、鞆・福山市内で仕事をしている経営者、有志で実行員会を立ち上げ、2011年9月より毎月開催し今年の9月で133回目となり11周年を迎えます。生産者が自ら店頭立ち、対面販売をするのが軽トラ市の一番の魅力!是非「鞆の軽トラ市」に足を運んでみてはいかがでしょうか。



お問い合わせ とも・潮待ち軽トラ市実行委員会 090-4654-4628 (実行委員長:小川 まで)

読者ロコミ情報館

- 東広島市西条の鉄板焼・お好み焼きのお店「こぼや」はメガ焼という全てがWのボリュームのあるお好み焼きが◎(西条岡町 N様)
- 五日市コイン通り近くの「ちいさなおはぎ屋さん」は丁度良いサイズのおはぎが常時10種類ありいつも悩んでいます。(安東 Y様)
- 廿日市の「小瀬川温泉」の「ニジマスの唐揚げ」とてもおいしいです。(千同 D様)
- 東広島市福富町下竹仁「菓子工房 栗の木」は日曜日だけの営業なので、10:00開店には行列となります。菓子はどれも絶品です。特にモンブランは一度食べると他が食べられないほど美味しい!!(宮島口西 U様)
- 牛田早稲田の韓国料理「ととり」はスンドゥブ&ピビンバのセットがなんと1,000円で食べれて本格的です。(緑井 S様)
- 「モーツアルト廿日市工場」は海辺で緑も多く、テラス席でケーキが食べられてとても気持ちいいです。(佐伯区三宅 I様)

ふれあいメッセージカード

クイズのこたえ ご希望のプレゼント

福山市 鞆の浦

- グルメ賞
- 宝箱賞
- こぼこ賞

特に興味をもたれたページを教えてください。
 美味しい店! お手軽COOKING 読者ロコミ情報館
 リフォーム隊 おすすめスポット ニシモトヤ社員紹介
 保存食と災害時の現状について ニシモトヤ劇場
 その他()
※おすすめスポットの情報もお寄せ下さい。

お名前 _____

ご住所 〒 _____

電話番号 () _____

※差し支えなければ、ご記入ください