

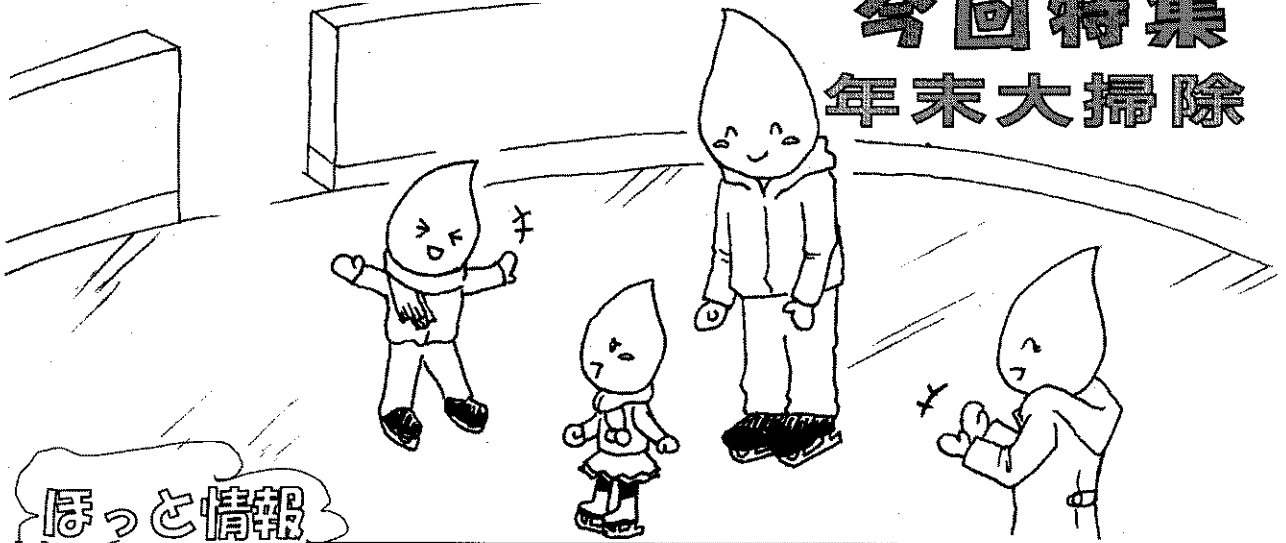
やましろしんぶん

2010年冬号
No.41

発行・編集 佐賀市鍋島町大字八戸2153-1
山代ガス株式会社 TEL:(0952)25-1275



今回特集
年末大掃除



ほっと情報

ガスコンロの グリル、 魚を焼くだけでは もったいない!

グリルはパンを焼いたりレンジ代わりに温めなおしたりと、いろんな使い方があります。

グリル調理タイマー : お好みの焼き時間を設定できます。

オートグリル機能 : メニューと焼き加減を設定するだけで、自動で焼きあがります。

グリルにはこんな便利な機能が搭載された機種もあります。

たとえば調理例として、

- 肉を焼くと肉に含まれている余分な脂が流れ落ちるのでフライパンで焼いたときに比べ、20~25%ぐらい油脂分をカットできます。
- 揚げ物の温めなおしは表面の水分を素早く蒸発させるため、まわりがカラッと仕上がります。
- 野菜をグリルで調理すると、野菜の表面から水分が抜けていくため、野菜本来の味わいが濃くなり、美味しく仕上がります。この方法だと茹でたり、煮たり、炒めたりする調理法に比べ、いろんなビタミンが野菜にしっかり残ります。
- 忙しい朝など、パンと一緒に弁当のおかずも焼けちゃいます。

火力が強いので一気に素早く焼き上げるものから火を止めた後の余熱で食品全体に熱を行き渡らせるなど工夫次第でいろんな料理が手軽に出来ます。一度試してみられてはいかがでしょうか。

特集

～ 年 末 大 掃 除 ～

今年も残り少なくなってきましたね。皆様のご家庭でも新しい年を迎えるにあたり様々な準備をされてるのだと思います。

今回の特集はその準備の中でも、最も大変な作業・・・『大掃除』を取り上げてみました。ここでは、大掃除の「効率のよい手順」を紹介します。

掃除も「手順・段取り」が大切です。年末の大掃除に関わらず、掃除の基本は・・・『家中まとめて上から下の順にきれいに』していくことです。

まずは天井から始めます。天井は意外にほこりっぽいのので、ほうきなどに古いストッキングを巻きつけて静電気でほこりをキャッチ！！

次は照明器具。外せる照明カバーは外して、ベランダやお風呂場で洗います。カバーに傷が付きそうなら、バスマットを敷いて掃除するとよいでしょう。タバコのヤニや油汚れは、弱アルカリ性の住居用洗剤とクリームクレンザーを混ぜると効果的。平面はスポンジで、凹凸のある場所は古歯ブラシを利用します。

天井が終わったら、今度はカーテンレールや窓ガラス、そしてキッチンなどの水回りに走りましょう。特にキッチンのレンジフードのシロッコや五徳などの汚れがひどい場合は、40～45度くらいのお湯を張ったバケツや衣装ケースに、「漬け置き」しておき、汚れを緩めている間に、他の場所を掃除しましょう。

漬け置きの間に、トイレや洗面化粧台、スイッチプレートの掃除などなど。最後の最後に「床面の掃除機、拭き掃除」というのがスマートな手順です。

♪ ワンポイントアドバイス ♪

シンク・・・スポンジにクリームクレンザーを取って、ステンレスの研磨目に沿って軽くこすって落とします。
終わったら水で流してカラ拭きします。

水栓金具・・・歯ブラシに歯磨き粉、又はカーワックスをつけて軽く磨きます。仕上げにストッキングで磨くとピカピカ度が増します。

ミラー・・・白い輪染みを取るには、市販のガラスクリーナーかエタノールを乾いた布につけてミラーを拭きます。それでも汚れが落ちない時は、自動車用のコンパウンド(仕上げ用)を付けたスポンジで均一に磨きます。最後は洗剤が残らないようにシャワーで流し、カラ拭きして完全に乾かします。

お風呂の排水口・・・お風呂の排水口は髪の毛や湯垢、石鹸カスなどで汚れが一番ひどい箇所です。こまめにゴミを取り除きブラシなどでこすり洗いしましょう。また定期的に排水口用の洗剤を使い掃除しましょう。強い薬品に抵抗のある方は重曹+酢でも掃除ができます。

☆掃除もまとめてやろうとすれば大変なので場所を決めて少しずつ片付けていきましょう。

手軽に



カリフラワーのフリッター



グルメ vol.41

～材料(4人分)～

- ・カリフラワー 1/2 株
- ・揚げ油 適量

- A {
- ・卵 1個
 - ・小麦粉 大さじ1
 - ・粉チーズ 大さじ1
 - ・水 大さじ1
 - ・パセリ 1～2 枝
 - ・塩・こしょう 適量
- }

～作り方～

1. カリフラワーは 適当な大きさに切りわけ。鍋に少量の湯を沸かし蓋をして蒸し、火を通す。
2. ボウルにAの材料(パセリはみじん切りに)を入れ、混ぜ合わせる。
3. 揚げ油を熱し、カリフラワーに2の衣をつけ、こんがり揚げる。

☆Point☆

温度調節機能付きコンロの方は、活用されると便利で安心ですよ☆
(今回は180℃に設定します。)

200℃
180℃
160℃
140℃ 揚げの



カリフラワーはブロッコリーと同じ、キャベツを品種改良した野菜で、花のつぼみの部分(花蕾)を食用とします。ビタミンCを豊富に含み、熱を加えてもビタミンCが壊れにくい特徴があります。カゼの予防効果&美肌効果が期待できますよ♪

カリフラワー豆知識

♪料理教室のご案内♪

☆佐賀教室☆

12月15日(水) ※1月は
(クリスマスケーキ) お休みです。

～AM10:30より～

お申し込み、お問い合わせ...

TEL 0952(25)1275(白水まで)

☆鳥栖教室ご紹介☆

鳥栖も佐賀と同じワンコイン(500円+)の
手軽な教室です。一回の参加人数が
7～8名で、最新のピカピカガス機
器をゆたり使うことができます。
お申し込み、お問い合わせ...

TEL 0942(83)3450(中島まで)

41 応募券

やましろ
チャレンジ★クイズ!

とっても少ない17個の元素!
(答えはこのページの中にあるよ!)

○○ アース

葉書に答え、ご希望の賞、住所、氏名、年齢、電話番号、ご意見、感想をご記入の上、左上の応募券を貼って下記までお送りください。1月末日有効、応募券なしは無効です。

〒840-0857
佐賀市鍋島町大字八戸2153-1
山代ガス(株) 新聞編集部

- A賞 佐賀県特産!
新海苔 5名様
- B賞 モロッコよりやってきた水の要らない
不思議な鍋!
タジン鍋 5名様
- C賞 充電式乾電池といえば!
エネループセット 10名様
- 再チャンス賞
今やお買い物の常識!
お買い物エコバッグ 30名様

当選は賞品の発送をもって発表とかえさせていただきます。

※ ご応募いただきましたお葉書は、懸賞以外の目的に使用いたしません。

やましろ黒板

レアアースってなあに?

生産量・流通量が少ない金属をレアメタルと言いますが、その中で性質がほぼ似ているスカンジウム、イットリウム、ランタン〜ルテチウムまでの17個の元素をレアアースと呼びます。レア⇒希少、アース⇒地面、土。直訳するとこうなり、希土類とも呼ばれています。

レアアースはほんの僅か添加するだけで、材料の特性を変える事が出来る最先端技術のビタミンのような物質です。

ハイブリッド車にはネオジムを使ったモーター。液晶テレビのバックライトにはイットリウムやテルビウム。そのほか家電品の高性能バッテリー。携帯電話のバイブレーションの超小型モーター。自動車の排ガスをきれいにする触媒。スーパーでお肉をおいしそうに見せる三波長蛍光灯。などなど例を出したらきりがありません。日本は全世界の約2割を消費しており、現在その多くを中国に依存しているのが現状ですが、中国以外の国でもベトナムやモンゴル、カザフスタンなどでも豊富に埋蔵されており、アメリカ合衆国でも廃止された鉱山を再度採掘することを検討したり、日本では廃棄物から再利用する方法を研究しています。

日本は、最先端技術を使って世界の市場を先導していく立場にあると思われれます。レアアースの中国依存を脱して、国家的な資源の備蓄をすすめたり、代替物質の開発おこなうこと等が今の日本に課せられた急務といえますね。

2010年も残りわずかとなりました。皆様いかがお過ごしでしょうか? 年末は大掃除や翌年の準備におわれ落ちつくお時間が少ないことを思われます。今回ご紹介させて頂いた大掃除特集が少しでもお役に立てればと思っております。またまだ寒い時期が続きますが体調にはお気を付けになり新年をお迎え下さる翌年も山代ガスをよろしくお願致します。

編集つぼね話