

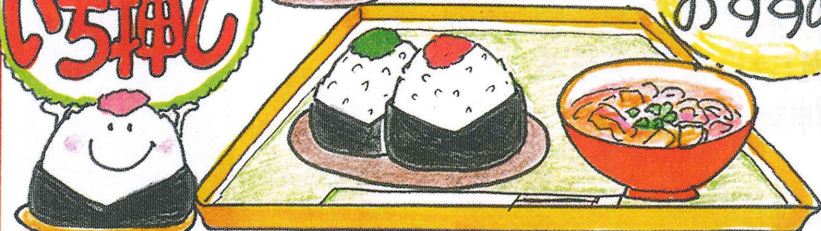
たわわタウン谷山 おいどん市場内

結び屋

今月の
いち押し

豚汁

セット
おすすめ!



寒い季節にあたたかい結び屋の豚汁!

具だくさんで
おなか也大満足!

お子様にも
大人気!

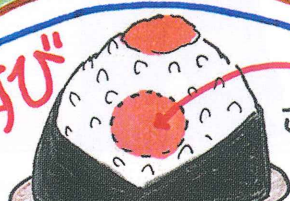
オープン当初から
ずっと多くのお客様に
支持されています!

豚汁は具材の産地にもこだわっています!!

・豚肉
(鹿児島県産)

・ごぼう
・にんじん
(国内産)

おすすめ 梅むすび



さつま町産の
南高梅

ガンバレ!受験生

がんばって~!

お夜食にいかが
ですか? お持ち帰りもできますよ

1月 2月 3月



米ぬか生活 キャンペーン

美容と健康に「米ぬか」

米ぬかはとっても
安価なサプリメント!

ぜひ
試してね

小麦粉もバターも使いません!
上新粉+牛乳だけで
ホワイトソース

<材料>

- 牛乳... 450cc
- 上新粉... 大さじ3
- ※ 分かりやすい量
(目安です)

このホワイトソースはカンタンに、そして、
失敗なく作れるのが最大のポイント!

- 上新粉は必ず **うるち米100%**の
ものに限りま。もち米がブレンドされて
いるものもありますので要注意!

<作り方>

- ① 上新粉と牛乳を混ぜて15分くらいおきます。
ポイント (他の準備をする前に、まずこれから。)

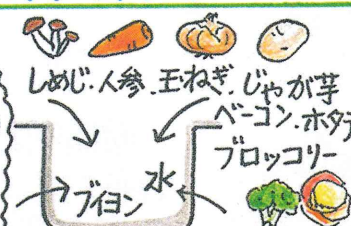
- ② ①をフライパンに入れて火にかけ、
混ぜながら好みのとろみに。これで、
ホワイトソースのでき上がり! (塩こしょうは好みで)

グラタン・ドリアなどが時短で
作れて、とってもヘルシー!!



上新粉のホワイトソースでおいしいシチュー!!

ホワイトソースは、
15分おいただけの
【※A】火を通
さないものを使
って調理します。
(具はお好みで)



<作り方>

- ベーコン、ホタテ、しめじ、
野菜などを炒めて、水、
ブイヨンを加え、やわらかく
煮えたら【※A】を入れ、煮
込み、塩、白こしょうで味を
調えて完成!

漢字クイズ

Q. ①~④は全て同じ読み方です。何でしょうか。

- ①糸遊 ②野馬 ③蜻蛉 ④陽炎

<1月号の答え> ①ふぶき ②かんなぎ ③かざはな ④つらら

今月号から
クイズの答えは
裏面に載せ
ます!

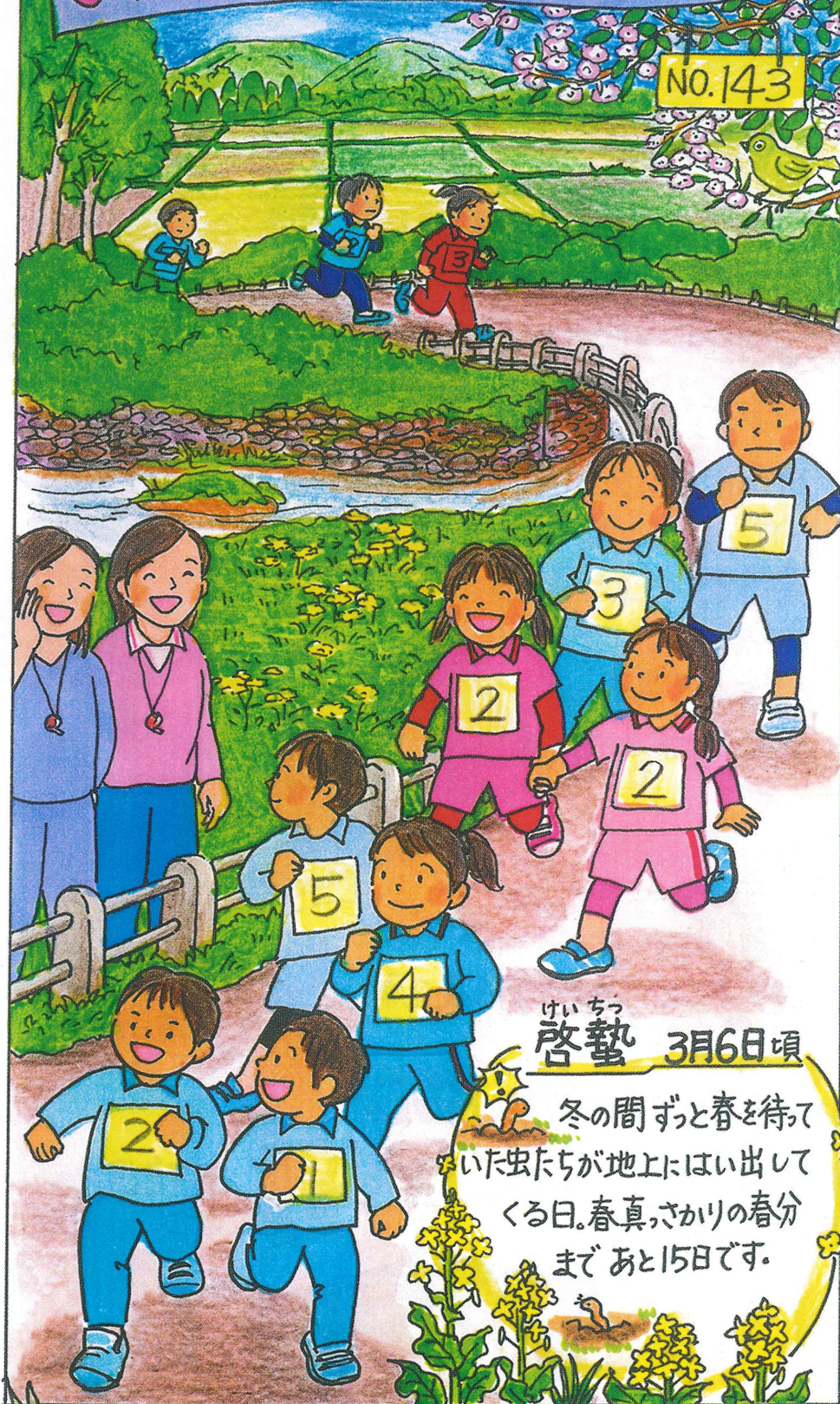
あどがき

初日の出を見て感動! 皆様も来年はぜひ!!

南九州市知覧町 御茶屋の場公園から初日の出を
見ました。とってもきれいなダイヤモンド開聞岳!! 今年一年の無事と
豊作を祈りました。さて、これから2月、3月とまだまだ寒さは続きそうです。
皆様、どうぞ寒さ対策を万全にお過ごしくださいね。(担当: 中野)

おむすび通信 2017 2月号

No.143



けい ちゅう
啓 塾 3月6日頃

冬の間ずっと春を待つ
いた虫たちが地上にはい出して
くる日。春真まかりの春分
まであと15日です。

<URL> <http://www.kapr.co.jp>

鹿児島パルライス 株式会社

〒891-0122 鹿児島市南栄三丁目17番地1

TEL. 099-268-1234 FAX 099-268-1238