

☆バター香る♪甘辛がんも☆

～さとみわさんより～

材料

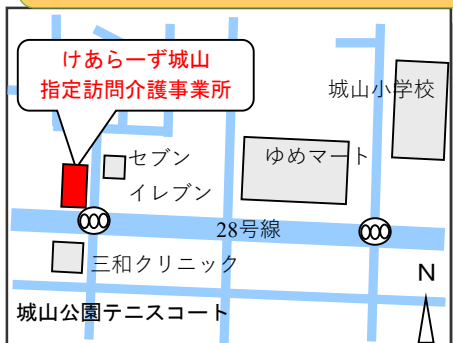
がんも：5個（100g） バター：大さじ1
しょうゆ：大さじ1 みりん：大さじ1
砂糖：大さじ1 ポン酢：小さじ1

作り方

- ①がんもはさっと茹でてザルにあげ、水気を取っておきます。
- ②フライパンにバター・砂糖・しょうゆ・みりんを入れて、火にかけて沸騰させます。
- ③沸騰した調味料にがんもを入れ、中火で両面ひっくり返しながらからめていきます。
- ④仕上げにポン酢をふりかけたら完成！
- ⑤器に盛りつけ、いろどりにネギや大葉を散らしても良いですね。



ヘルパーおススメ！簡単レシピです ♪(≥▽≤)♪



ヘルパーさん・利用者様ともに募集中！

けあらーず城山

〒860-0066 **指定訪問介護事業所**

熊本県熊本市西区城山下代4丁目

10-3 上野第1テナント201号

TEL：096-288-0995 FAX：096-288-5867

訪問介護事業所番号：4370111041



今月は西区新土河原で見かけた
「井戸の手押しポンプ」です。

《ちょっとの時間で脳トレ》



上の2枚の絵には、**10個**の間違いがあります。探して下さい！
(今回は、「間違い探し博士の部屋」から頂きました。)



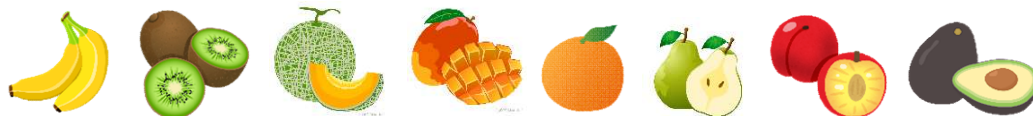
果物を軟らかく美味しくするには？

皆さん、果物を買って食べたとき、まだ熟れていなくてげんなりした経験はありませんか？

出荷の際に完熟だと販売時に傷んで売れなくなることもあるため、早めに収穫して販売の頃に熟すよう計算されているものもあります。そのため、買ったときにまだ未成熟なこともありますので、そんな時は追熟させると良いですよ！

追熟させておいしいのは、**バナナ・キウイフルーツ・メロン・マンゴー・みかん・西洋梨・すもも・アボカド**などです。

家での追熟の方法は、**直射日光の当たらない風通しの良い場所に、常温で数日置いておくだけでOK**です。果物の適温は基本的に**温度は15～20℃**くらいになります。なので、果物の適温と室内の温度が低すぎる・高すぎるなどの温度差が大きいと追熟はしませんので、冷蔵庫に入れたら追熟は抑えられます。



答え：①お母さんの帽子の影、②男の子の左耳、③男の子の頭の所の葉っぱ、④真ん中の雲の形、⑤男の子の左肩あたりのズルベリー、⑥男の子の右腰あたりの葉っぱ、⑦箱の隅のズルベリー、⑧お母さんのオーバーオールポケット、⑨お母さんの右頬奥の森、⑩お母さんの左肩あたりのズルベリー