

住まいのかわら版

いろんなフォンデュを楽しんでみませんか？

ひとつのお鍋にチーズやチョコレートを溶かし、食材をつけ絡めて食べるフォンデュ。みんなでやれば、盛り上がりですよ！

みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちよつと役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「いろんなフォンデュを楽しむ」です。

ランチやパーティーが華やかになるフォンデュ

チーズやオイルなど、火にかけながら楽しむスタイルは、専用の鍋でなければと思いますが、普通の鍋と卓上ガスコンロでもできますよ。

フォンデュという思い浮かぶのはチーズフォンデュ。とろとろに溶かしたチーズに野菜などをつけ絡め、アツアツをほおばると、幸せな気分になりますね。

チーズフォンデュのベースはピザ用チーズ。弱火にかけ、ゆっくり溶かしながら少しずつ白ワインを入れ、お好みのやわらかさに調整してください。電子レンジなら600Wで1分半ほど。溶け具合がまだなら、さらに電子レンジで時間を調整しながら溶かしてください。ホットプレート



を使うのもおすすめです。

合う食材は、ブロッコリーやにんじんなどの野菜はもちろん、ウインナーやミートボール、ちくわやはんぺんといった練り物もとてもおいしいですよ！食パンもおすすめです。



チーズフォンデュにはお好みで牛乳や味噌を加えてもおいしいですよ！

オイルフォンデュはオリーブオイルで野菜などを素揚げして好みのソースをつけて食べる料理です。てんぷらなどと違って衣もないので、意外とヘルシーです。鍋にオリーブ



オイルフォンデュはエビなどの魚介類もおすすめです！

オイルを入れて温め、野菜を入れてブツブツと泡が立つたらOK。温度は160〜180度がおすすすめです。油はねが強くなってきたら火を調節してください。ちなみに、たこ焼き器の穴にオイルを入れて楽しむのも良いですね。

おすすすめの食材は野菜全般にウインナーなど。じゃがいもやにんじんなど固い野菜はあらかじめ電子レンジで温めておくといいですよ。ソースは、マヨネーズやケチャップ



頭の体操！間違いがしゲーム
上のイラストで違うところを箇所をさがして！
さあ！チャレンジしてみよう！

答えは裏を見てニヤー



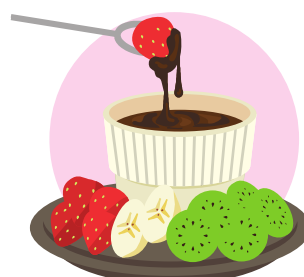
デザート系フォンデュをワイワイ楽しもう！

とソースを混ぜたバーベキュー風ソースがおすすすめ。マヨネーズには粒マスタードを混ぜれば大人の味に。

デザートとして楽しめるフォンデュもご紹介！チョコレートフォンデュは市販のチョコレートを牛乳を少しずつ足しながらお好みのやわらかさに調整してください。

いちごやバナナなどの果物はもちろん、クッキーやベビークラス、マシュマロなどもおすすすめ！ポテトチップスは甘しゅっぱさを楽しめ、味のバリエーションも広がります。

あんこフォンデュで和風スイーツパーティーはいかが？市販のあんこに無糖なら砂糖を加えてお好みの甘さにし、水を少量ずつ加えながら



デザート系フォンデュは固まりにくいので食卓で火を使わずにできます

のはしていきます。水ではなく牛乳で伸ばせば、マイルドに仕上がります。よりとろみが欲しければ片栗粉を加えてもOKです。
こちらもちごなどの果物はもちろん、白玉だんごもおすすすめ。お餅を小さめに切り、トースターで軽く焼いたものでもよいですよ。食パンも手軽でおいしいです。
チョコもあんこも、残ったらアイスに掛けるなどして楽しむのも良いですよ！

イマドキ トピックス

今話題のHOTなニュースをご紹介します！



おからパウダーとは？

文字通り、おからを乾燥させ、細かく粉状にしたものがおからパウダーです。低糖質で味が薄いのでどんな料理にも混ぜて使え、満腹感もあるそう。

また、食物繊維が豊富なところも人気のポイントです。小麦粉やパン粉の代わりに、ハンバーグや唐揚げ、てんぷらの衣に使えば、ヘルシーに仕上がります。お好み焼きに混ぜてもいいですね！

おやつなら、ホットケーキミックスと混ぜてみてはいかが？しっとりとしたパンケーキになります。

おすすめなのが、蒸しパン。おからパウダーにココアや抹茶などお好みの味を加え、卵、砂糖、牛乳もしくは豆乳、サラダ油などお好みのオイルを混ぜて、電子レンジでチンすれば完成です。ベーキングパウダーを加えれば、ふんわりとした仕上がりになりますよ。



帽子のお手入れ

帽子ってお手入れしていますか？

とくに、麦わら帽子などはどうしたらいいのか、迷いますよね。麦わら（今はストローともいいます）やパナマ、ラフィアといった天然素材のものなら、お家でもお手入れできます。ホコリなどを使い古しの歯ブラシなどで落とします。洗面器にぬるま湯と中性洗剤を1～2滴混ぜたら、タオルなどをひたして固く絞りを、全体を拭いて仕上げに水拭きを。内側の布はタオルで挟んで押さえるようにし、ぬるま湯で同じように仕上げることで、皮脂などが取れやすくなります。形を整えたら、風通しのいい場所で陰干し、しっかりと乾かしましょう。ちなみに、「繊維指定外」とある帽子はペーパー素材です。洗うことができないので、こまめに陰干しをしましょう。ちなみに、キャップなど布製の帽子は中性洗剤で手洗いか洗濯機の手洗いモードで洗えます。ファンデーションはクレンジングオイルを使うのがおすすめです。干すときに形を整えることも大切ですよ。



100円ショップの収納ケースを活用！

最近の100円ショップの収納ケースはバリエーションが豊富です。なかでもおすすめはシンプルなふた付きのポリプロピレン製ボックス。フタ付きのMサイズのものにはLサイズ(フタは別売り)の上に2つ並べて置けるので、分類しながらコンパクトに収納も可能です。また、シンプルな白系はもちろん、かっこいいダークな色のものから、淡い色彩のものなどさまざまなので、どんなインテリアにも合います。Mサイズの箱には洗濯バサミや薬、裁縫道具、文房具などをざっくりと分けられ、フタをすればすっきり！Lサイズは雑誌や四つ折りにした新聞が入ります。また、フタだけ、トレー代わりとしても使え、モノのまとめ置きにも便利です。いろいろ使える収納ボックス、ぜひ活用してみてください！



いつもお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。
今回お届けしました住まいのかかわり版はいかがでしたでしょうか。日頃からお世話になっておりますお客様へ、お住まいと生活に役立つ情報を提供することができましたらと思ひ本紙をお届けいたしました。お住まいのこと、リフォームに関してのご相談などお役に立てることがございましたら、お気軽にご相談ください。これからもご愛顧のほど、よろしくお願い申し上げます。

今年1年を振り返って…

平成も残りわずか、皆さんはどんな1年を過ごしましたか？

私は3月に第2子が誕生し1男1女の親父になりました。

自分のこと以外ですごかったことまずは『カメウをとめるな』です。映画館でもう一度観たいと思った映画でした。ネタバレをしないで他人に説明するのは難しい！でも面白いから観てちょうだい！って言うしかない映画でした。

もう1つは『渡邊雄太NBAデビュー』です。ドラフトで指名されませんでしたでしたがその後のサマーリーグの活躍でMEMと2ウェイ契約しNBAのコートに立ちました！これは本当にすごいこと！

こんな話も交えながらホームページを更新していきますので今度ともよろしくお願い致します。

間違えがしき答え：①エアートランポリンのノボリ ②エアートランポリンの入り口 ③木の木数 ④犬のしっぽ ⑤お母さんのスカート

ご相談・お問い合わせはこちらまで

(株)高建ハウジング西インター営業所
福島市成川字上谷地64-6
024-572-7020
<http://www.kouken-housing.jp>
kenichi@kouken.arrow.jp