

Waffle

ワッフル



KM13N2
 2ハンドル混合栓
 ¥14,300(税込)

T・Kの いっすな〜、ごっつお(ごちそう)

ラ・クックグランで れんこんのはさみ焼き



《作り方》

- ① れんこんは8枚に切ります。
- ② 豚ひき肉とAを混ぜ合わせ、①のれんこんではさみ、片栗粉を全体にまぶします。
- ③ ②をラ・クックグランに並べてフタをして焼きます。
- ④ ③に合わせたBをからめ、ごまをふります。冷めてもおいしいのでお弁当のおかずにもどうぞ!!

◎使用調理器具 ラ・クックグラン

◎火加減 上火/弱 下火/弱

◎加熱時間 約7~8分

材料(2人分)

れんこん 5cm
 豚ひき肉 50g
 万能ねぎ(小口切り) 2本
 片栗粉 適量
 ごま 適量

A

しょうが(すりおろし) 少々
 酒 小さじ1
 片栗粉 小さじ1

B

しょうゆ 大さじ1
 みりん 大さじ1
 酒 大さじ1
 砂糖 大さじ1/2



旬

野菜の見分け方

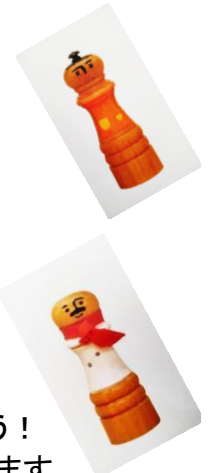


黄門も

台所

～きょうの献立何にする?～

私、
ミスしない
ので!!



今日は何にする? こんにちは、黄門です。みんなどんな気分かな? 早速いってみよう!
◎さつまいもをたくさんいただきました。でも、いつも蒸し芋だけだったらあきてしまいます。
簡単なさつまいものレシピ、おしえてください。今月のオシ料理は、、、、、、



巻き料理のレパートリーを増やしたい!! さつまいものチーズ肉巻き

作り方

材料<2人分>

- ・豚バラ肉(薄切り) 6枚(約180g)
- ・さつまいも 大1/2本(160g)
- ・ピザ用チーズ 40g
- ・フリルレタス 3枚
- ・くるみ 10g
- ・片栗粉 適量
- ・サラダ油 小さじ2

A(合わせ調味料)

- ・砂糖 大さじ1/2
- ・しょうゆ 大さじ1
- ・みりん 大さじ1
- ・酒 大さじ1

B(ガーリックマヨソース)

- ・マヨネーズ 大さじ2
- ・牛乳 大さじ1
- ・砂糖 小さじ1
- ・おろしにんにく 小さじ1/4
(チューブの場合2cm)



1 さつまいもは5mm角くらいの棒状に切り、水にくぐらせ耐熱皿に濡れたまま入れて広げ、両端をあけてラップをかけ、600Wの電子レンジで2分30秒加熱する。



2 Aを合わせて合わせ調味料を作る。Bを合わせてガーリックマヨソースを作る。



3 豚バラ肉は長さを半分に切って並べ、1切れずつにさつまいもとピザ用チーズをのせて巻き、片栗粉をまぶす。



4 フライパンにサラダ油を熱し、③の巻き終わりを下にして入れ、転がしながら中火で全体に焼き色をつける。



5 火を止めて合わせ調味料を加え、弱火で全体にからめる。



6 器にフリルレタスと⑤を盛ってフライパンに残ったたれをかけ、くるみを散らし、ガーリックマヨソースを全体にかける。

～この料理と合わせたいもう一品～

◎ひじきと豆腐のサラダ

◎ブロッコリーの卵スープ

◎ピーマンのツナポン酢

さつまいもをチンするので、豚肉に火が通ればOK!さつまいもの甘さが、タレやチーズとよく合いますゾ!
皆様の舌先案内人、黄門切礼治でした。

黄門切礼治のWaffle's bookmaker(ワッフル版ブックメーカー)

(黄門)え～、皆様ようこそ当クラブへ。私は当クラブのマスター兼オッズメーカーでございます、黄門切礼治です、今月もよろしく。それでは早速、先月のベディングの結果と配当を発表します。先月は、ラグビーの世界カップで、どこの国が世界一になるのか、を賭けの対象としました。そして、その結果は、、、、、、南アフリカ、が正解でした!今回も残念ながら、正解者なし!なので～、今月は～、大曲にも横手にもあるものバージョン3連発でいきまっせ!まずは、フランスにベットしていた今野康行007は残念、8,998イースナーカット、ネギみそだったらここ、くるまやラーメン。大曲店の店主のかけ声のように、何を言っているのか分からない、意味不明的な～、必殺、黄門カッター!!カッター(エコー)、合計2イースナーとなりました。大勝負に出た007、ガケっぷちです、ガンバ!そして、イングランドにベットしていたぐだ男ママも残念、10,000イースナーカット、セットメニューがお得な、幸楽苑。スタミナラーメンギョウザセットでパワーアップしてからの～、必殺、黄門カッター!!カッター(エコー)、合計90,000イースナーとなりました。そしてそして、ニュージーランドにベットしていた高行君も残念、5,000イースナーカット、私はキャラメルフラペチーノが大好き、スターバックスコーヒー。フラペチーノの生クリームのように、まったりと立たせてからの～(ビンビンではありません、まったりです)、必殺、黄門カッター!!カッター(エコー)、合計5,000イースナーとなりました。

バン、バン、バン!←黄門切礼治が開始のハンマーを激しく叩く

(黄門)え～、それでは、今月のギャンブルに移ります。皆様、わたくしのもう一つのコーナーであります、黄門も台所、を楽しんで読んでくれてますでしょうか?月曜から金曜の午後1時半から放送されてます、ダイゴも台所の完全なパクリなのですが、当然私も、この番組の大ファンでありまして、毎日録画をして見ております。この番組は、月曜から木曜は、ダイゴ氏が辻調理師専門学校先生の指導のもと、料理をつくる、金曜は料理コラムニストの山本ゆり氏のアドバイスを受けて、ダイゴ氏が一人で料理をつくるといった内容です。6人の専門学校の先生が交代で登場するのですが、「私、ミスしないので!」がきめゼリフの、簾(みす)先生が私のお気に入りでありまして、そこで今月は、11月1日から11月20日までの間に、簾先生は何回、「私、ミスしないので!」を言うのか、を賭けの対象とします。この期間、14回番組が放送されますが、金曜が3回あり、残りの11回を6人で交互に出場するものとして、登場回数は1、2回になるのですが、いつも、きめゼリフを言っている訳ではなく、言わない日もある、そのようなことを考慮して、私は、このようなオッズをつけました。

0回	3:1	3回	15:1
1回	2:1	4回以上	50:1
2回	5:1	簾先生がクビになる	1,000:1

それでは、お三人に一番好きなシャトレーゼの洋菓子を紹介いただきながらベットしてもらいます、ベディング!!
~~~~一分間のシンキングタイム~~~~

(黄門)え～、それでは、ミスター今野康行007、お願いします。

(今野)黄門と同じで全く気分が悪いのですが、私も、この番組を録画して見ています。とても参考になりますし、あのテーマ曲がいいですね!よし、これから料理をするゾ、という気分になります。今の私には、2イースナーしかありません!ここも勝負に出るしかありません。簾先生が「私、ミスしないので!」を連発すると期待して、4回以上、に血と涙の1イースナーをベットします、、、、、、私は、シロップ入り高原バウムクーヘンが大好きです、、、、、、。

(黄門)え～、それでは、ミスぐだ男ママ、お願いします。

(ママ)黄門と同じで全く気分が悪いのですが、私も、この番組を録画して見ています。山本ゆりさんのレンチン料理をとても参考にしていますし、この番組を見て、一人でも多くの男性に料理に興味をもってもらいたいです。家事をしない、立っておしっこをする男なんて、サイテーだし!007、あんた、立ってしてるでしょ?

(今野)私は、ちゃんと座ってますって。立ってません。

(ママ)立ってないんじゃないの?立たないんじゃないの?

(今野)だから、下ネタはやめろ!ポンポン。

(ママ)ま、そういう訳で(どういう訳だ?)、2回、に10,000イースナーをベットしま～す♡私は、ベルギーショコラブッセが大好きで～す♡

(黄門)え～、それでは、ミスター高行君、お願いします。

(高行)私は、録画はしていませんが、この番組が大好きで、インスタでレシピをチェックしています。私は、1回、に1,000イースナーをベットします。私が一番好きなのは、シュガースコーンチョコチップです。

(黄門)え～、それでは、今野康行007が当たりますと50イースナー、ぐだ男ママが当たりますと、50,000イースナー、高行君が当たりますと2,000イースナーが加算されます。それでは皆様、ダイゴも台所、簾先生の言動に注目してくださいませ。

バン、バン、バン!←黄門切礼治が閉会のハンマーを激しく叩く

～次号へ続く～

どうする、デジタル化

～その3～



皆様、ぜひ、コレを試してみてください!「舌の位置」を正しくする、コレだけです。コレを意識するだけで、健康になれるのです!コレ、ですよ、アレ、ではありません。私も半信半疑でやってみたのですが、次の日の朝から鼻水が、スパッと止まりました。この時季、私は朝起きると鼻水が止まらず、ティッシュを大量に消費していましたが、コレを意識しただけで止まったんです。感動しました、コレ、さままです。舌の位置が下がることの大きな問題は、口呼吸になってしまうことです。舌が下がると無意識のうちに口が開き、そうすると、どうしても口呼吸になってしまいます。たとえ起きているときは鼻呼吸を意識できても、寝ている時に口呼吸になる可能性が高くなります。そうです、私は寝ているときに口呼吸をしていたのです。鼻は使わないと冷たくなり、起きると体温と血圧が上がり、鼻もあたたかくなると冷たいのが水となって鼻から出てくる、これが鼻水の原因だったのです。

その点、舌が正しい位置にあると、上あごに舌の広い範囲がくっついているから鼻が温まる、血流が豊富で温かい舌が、床暖房のような役割を果たすのです。たしかに舌って、温かいですよ、私は鼻が冷えていたんですね、ん～、納得。それ以外に、猫背も腰痛も治るそうなので、これは完全に私のためにあるような健康法ではないですか!もしかして、私の人生が変わるかもしれません、今後が楽しみです。

さてさてさて、デジタル化、なのですが、これからは増々進んでいくのが確実です。それは、これから日本の労働人口はますます減っていくからです。では、どうすれば良いのか?そうです、慣れるしかないのです。スーパーのレジも今ではセルフが主流です。私も最初は、何だコレは、と思ったのですが、慣れると好んでセルフの方へ行くようになりました。何でもかんでもやってくれる過保護的なサービスから生まれた異常なお客様主義という価値観がなくなるのなら、自分で出来ることは自分でやる、という方がいいのかもしれない。やってもらうから、自分でやってみる、という風にシフトできるデジタル化であってほしいものです。

～次号へ続く～



無類のラーメン好き  
今野康行の

あまたラーメン放浪記!

今回紹介するお店は



大仙市「ラーメン結喜」です!



大曲のグランドパレス川端の向かいです。

皆様、私もそうなのですが、熊に注意しましょう、、、、、、。熊の出没が、もう笑い事ではなくなっていました。普通に街中に出没しています。たくさんの方が襲われています。神宮寺にも出没しています、恐怖です。こうなってしまうたら、たくさん罠(わな)をしかけて、捕まえて、駆除したらいいと思います。駆除したら、自治体にたくさんクレームの電話がくるのですが、多分、そんな電話をする人は、熊のことを全く知らない都会の人達なのでしょう。地球温暖化のために、山に熊が食べるものがなくなり、人里に降りてくるのは人間のせいだ、そんな熊を殺すなんてかわいそうだ、殺さずに山に帰してやれ、これが、そんな人達の言い分なのでしょう。でも、熊の食べ物がなくなったのは自治体のせいではありません、全世界の人間のせいなのです。それに熊の命と人間の命のどちらが大切なかと問われたら、熊には大変申し訳ないのですが、誰だって人間と答えるでしょう。ましてや、駆除された熊は保育園にも近づいたそうで、小さい子供が熊に襲われて死んだなんて、あってはならない話です。熊は、人里で生きていく動物ではありません。だから、絶対に人里に来ないように人間がしむけていかないといけないのです。そうすれば、熊もバカではないでしょう、人里に行ったら人間に殺されるから行ってはいけない、と学習するはずですが、そして、駆除したら、食べる。私も何回か食べたことがあります、熊に肉、本当においしいです。シカ、イノシシ、ウサギも食べたことがあります、ダントツで熊がおいしいです。でも、冗談めきに、人間と熊の共存というものを真剣に考えていかないとはいけません。

さてさてさて、ラーメン、なのですが、最近食べたなかで一番おいしかったのが、この店です。このラーメン、とてもあついです。猫舌の方、注意して食べてください。私は猫背ですが猫舌ではないので、そのあついのを勢いよくすすったのですが、鼻水が止まりませんでした。その時の私は、口呼吸の私でした。でも、今の私は鼻呼吸へと変身しています。今度こそは鼻水を流さないで食べるぞ、と決意して何度も店へ行きましたが、なにせ人気のお店で、いつも混んでいて、なかなか食べに行けないでいる昨今です。もしかして、また食べられるようになるのは、私の猫背が治った頃なのでしょうかね?

～次号へは続きません～











