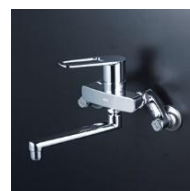


Waffle



MSK110KET
 シングルレバー式
 混合栓
 ￥34,760（税込）

T・Kの いっすな～、ごっつお(ごちそう)



白菜と豚肉の黒酢炒め

材料（4人分）

白菜……500g
 塩……大さじ1/2
 豚バラ肉薄切り150g
 長ねぎ……1本
 にんにく……2かけ
 しょうが……1かけ
 サラダ油……大さじ1
 紹興酒……大さじ1

(A)

しょうゆ……大さじ1と1/2
 黒酢……大さじ1と1/2
 砂糖……小さじ1

赤唐辛子……1～2本
 粗びきこしょう……適量

作り方

- ① 白菜は葉と軸に分けて、軸は約6cm長さ、2cm幅に切ります。葉の部分は4～5cmに切ります。ボウルに合わせて、塩をふってよくまぶし15分くらいおき、キッチンペーパーなどで包み、水気をよく絞ります。
- ② 豚肉は6cm幅に切ります。
- ③ 長ねぎは5mm幅の斜め切りにします。
- ④ にんにくはつぶします。しょうがは千切りにします。
- ⑤ (A) の調味料を合わせ、砂糖が溶けるまでよく混ぜます。
- ⑥ フライパンにサラダ油を熱し、にんにくを炒めて香りが出たら豚肉を加え、脂が出て焼き色がつくまでよく炒めます。紹興酒をふりいれ、長ねぎを加えて軽く炒めた①の白菜、赤唐辛子を加えて手早く炒め合わせます。そして、器に盛り、粗びきこしょうをふって完成です。

ガスコンロ 展示品に限り 特価 です!!

テーブルコンロ



水無し片面焼きグリル
 希望小売価格￥51,810（税込）を
ズバリ！￥25,300（税込）

ビルトインコンロ



PD-743WS-75GH
 希望小売価格￥210,100（税込）を
ズバリ！￥110,000（税込）
 ラ・クックグラン付きです!!



今野康行の

THE・カレー

今月のカレー・白菜と残り野菜でキーマカレー



材料・3～4人分

- ・白菜 350g
- ・セロリ 1本
- ・青ねぎ 100g
- ・合いびき肉 200g
- ・水 150ml
- ・カレールウ 4かけ
- ・ケチャップ 大さじ1
- ・ウスターソース 大さじ1
- ・おろしにんにくチューブ6cm
- ・おろししょうがチューブ6cm
- ・ご飯 適量

白菜だけで作っても
OKですぞ

野菜はじゃがいも、
にんじん、大根など
おうちにあるもので～！

作り方

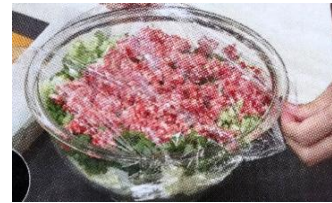


①白菜は2cm角に切り、セロリはみじん切りにし、青ねぎは小口切りにする。

シャバシャバなら
ラップなしで追加で
3～4分加熱



③ ②にカレールウ、ケチャップ、ウスターソース、おろしにんにく、おろししょうがを加えてよく混ぜ、両端をあけてラップをかけ、600Wの電子レンジでさらに5分加熱し、とろみが出るまでよく混ぜる。



②耐熱ボウルに①と合いびき肉と分量の水を入れ、両端をあけてラップをかけ、600wの電子レンジで10分加熱する。



④器にご飯を盛り、③をかける。

どろどろすぎるときはお湯
を足して調整すればOK

野菜の

捨てずに節約！
保存術

[旬]

11月～2月

(食べごろの時期)



今月の野菜

はくさい

冬野菜の代表格「白菜」。旬の白菜は甘く、ビタミンCやカリウム、食物繊維が豊富に含まれているので、鍋やスープにするのはもちろん、サラダにしてシャキシャキの食感を楽しむのもオススメです。丸ごと買う場合は、重みがあり、葉先までしっかり巻きついているものを。芯の切り口は白いものを選びましょう。カットされたものは、切り口がみずみずしく、葉が詰まっているものを。古くなると切り口が盛り上がるので断面は平らなものを選びましょう。丸ごと買った白菜は常温保存が可能です。新聞紙で包み、日の当たらない涼しい場所に置けば、3週間程度保存できます。白い部分に現れる黒い斑点は傷みや汚れではなくポリフェノールが黒く変化したものなので、そぎ取る必要はありません。

冷蔵する場合は芯を少し切り落として成長を止める
芯があると葉が成長を続けて鮮度が落ちてしまうので、包丁で芯を少し切り落とします。切り口をペーパーで覆ってからラップで包み、立てるか切り口を下にして野菜室で保存しましょう。

冷凍する場合は使いやすい大きさにカットする
使いやすい大きさに切って保存袋で冷凍します。凍ったまま鍋やスープ、煮物や炒め物にしたり、自然解凍して水気を絞ればおひたしや和え物になります。

“ガスだけじゃない”

水まわりの商品の入替も

当店にお任せ下さい!!

どんなことでもお気軽にご相談ください!!

お客様にぴったりの入替をご提案!

お見積り無料



住宅用トイレ ティモニ



ホーロークリーントイレパネル

壁面用

サッとひと拭き!

壁面に汚れやニオイが染み込まず、汚れても水拭きでカンタンに拭き取れます。

フロア用

お手入れカンタン!

飛び散り・垂れ汚れから床を守り、シミや変色を防ぎます。

お手入れカンタン!!

ガス給湯器

エコジョーズ

- 待機時消費電力量も省エネ
- CO2排出量を15%削減
- 排熱を上手に利用して熱効率アップ
- ガスの消費を抑えておトク&トータルで見ても経済的

従来タイプとの光熱費比較

従来タイプ TW-244FA	年間 ランニング コスト	約192,500円
エコジョーズ TW-E2422FA	年間 ランニング コスト	約170,800円

年間で
約21,700円
おトク!

【試算条件】●関西地区での当社試算です。実際の給湯ランニングコストは、お湯の使用量や各地域のガス会社料金により異なります。※従来タイプをTW-244FAとして換算。※2022年10月(消費税10%)当社調べ。LPガス価格26.4円/kWh(石油情報センターLPガス一般小売価格:近畿局)で算出。

今野康行の

55歳からのハローライフ

今月の映画



「決算! 忠臣蔵」

忠臣蔵の映画は数多くありますが、映画館で観たのは、この作品だけです。確か、コロナが流行る直前に行きました。2019年は、足繁く映画館に通っていましたが、コロナ禍以降は、一度も映画館に足を運んでいません。久しぶりに映画館独特の臨場感を味わいたいのですが、物価高の昨今、決算の結果、映画代が浮いてこないのが事実でありまして、。。。。

北野水産鼻血事件・パート5

2025年も、もう終わりです。皆様は、どのような一年を過ごしましたでしょうか? 私は、物価高の昨今、決算の結果、遊戯費が浮いてこないのが事実でありまして、今年是一回も温泉に行っていない。それに、外に飲みに行く機会が、コロナ禍以降、激減し、たまに行ったら、鼻血を流してしまう始末でして、私にとっての2025年は、ドジャースと北野水産鼻血事件の、二色でした。それにしても、メジャーリーグのポストシーズンってなんであんなに面白いのでしょうか? でも、よく考えてみたら、ドジャースが早い段階で敗退していたら、あんなに盛り上がりなかったでしょうし、それにしても、ドジャースの日本人選手はすごかった! リーグチャンピオンシップシリーズでの大谷選手の二刀流の極み。投げては無失点、打っては3本のホームラン。特大の2本目のホームランには度肝を抜かれましたし、3本目のホームランの時は、鳥肌が立ちました。まさに、日本人の誇り。それに比べて、居酒屋で鼻血を流出する私は、日本の恥。大谷選手とは真逆の私。私、犬がダメでして、犬が近づいてきたら、本当にデコピンをしてしまうくらいなのです。あ、山本投手もすごかった! 特に、ワールドシリーズは圧巻でした。今年の野球のしめくくりが、ああいう形で終わって、感謝、感謝です。そして、2026年の楽しみが、ドジャース三連覇への道、です。物価高の昨今、楽しみが一つだけでもあることは、とても幸せだと思っています。それに予期せぬ出来事に会うのも人生でありまして、私が今年、思いがけず耳鼻科医に行ったのですが、そのおかげで、何十年ぶりに横手の駅前にも行けましたし、高校時代がなつかしく思えまして、横手のグルメも楽しめましたので、いつも苦しいことばかりではない、必ず楽しいことに出会えるんだと、改めて思い知ることが出来ました。以前も書きましたが、ないものを求めるのではなく、あるものに気づけることが幸せだと思っています。毎日ご飯を食べていること、帰る家があること、屋根の下で眠れること、健康であること、好きなことや趣味があること、話し相手がいること、安心できる人があること、大事な人が生きていること、そして、自分が今生きていること、それプラス、いつも文化的要素を吸収しながら、来年も生活していきたいと思っています。皆様、今年も、とんだ一杯くわせ者、にお付き合いしていただき、まことに、ありがとうございました、感謝、感謝です。どうか、佐々木朗希投手のように、大きく足を上げて、大きな一歩を踏み出してくださいませ。

～完～

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、11月8日にミルハスで行われた徳永英明のコンサートで最後に唄った曲は何か、を賭けの対象にしました。そして、その結果は、、、、壊れかけのラジオ、つまり、その他の曲、が正解でした！最後は、壊れかけのラジオの大合唱でした。この曲、オッズになかった。私、完全にしくじりました。確かに以前にも、このパターンがあった、完全にノーマークでした、私の頭が壊れかけていました、、、、。12月です、12月といたら紅白歌合戦、今年は岩崎宏美が37年ぶりに出場します。なので～、今月は～、私が好きな岩崎宏美の曲2連発でいきまっせ！まずは～、君と僕の声で、にベットしていたぐだ男ママは残念、10,000イースナーカット、♪さあ、眠りなさい、疲れきった体をなげだして～、「聖母たちのララバイ」。この曲は、火曜サスペンスのテーマ曲。火サスといたら、船越英一郎。やわたのノコギリヤシを飲んでからの～、必殺、黄門カッター!! カッター (エコー)、合計1,000イースナーとなりました。そして～、Love is All、にベットしていた高行君も残念、30イースナーカット、♪お帰りなさい、開けてあるの、やさしさの鍵は～、「家路」。ちょっと寄り道をしてから～、必殺、黄門カッター!! カッター (エコー)、合計20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、12月ですよ～、そうです、そうです、そうめん？12月といたら、やっぱり～、紅白う～！そして～、紅白といたらコレ！今月は、紅白で石川さゆりが唄う曲目、を賭けの対象とします。皆様大変御存知のように、石川は津軽海峡冬景色と天城越えを毎年交互に唄っていて、去年は天城越えを唄うはずだったんですが、地震と水害のダブルの大災害を被災された能登半島の方々のためにと、能登半島を唄いました。果たして今年は、元のパターンに戻すのか、今年も能登半島を唄うのか、の二択で間違いない、元のパターンだったら、天城越えである、このように熟考し、私は、このようなオッズをつけました。

能登半島	2 : 1	ウィスキーがお好きでしょ	300:1
天城越え	3 : 1	その他の曲	50:1
津軽海峡冬景色	100:1	出場しない・その他	1,000:1

それでは、お三人に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、ミスター今野八一行、お願いします。

(今野) 私は今、今年の紅白の出場歌手一覧というものをしているのですが、横文字でわかるのは、perfumeとMISIAと、TUBEだけです。aespa、Vaundy、これって、何？一瞬ビックリしたのが、サカナクション。さかなクンが出るのかと思った。石川さゆりは、すごい。48回も出場しているし！ちなみに2番目に多いのが、キャッスルホテルでディナーショーをした郷ひろみの38回。ディナーショーのチケット代は5万円、なので～（どうして?）、今年も能登半島、唄うでしょう！1回ぽっきりだったら、能登半島の方々に失礼です、能登半島、に、えい、10イースナーをベットします。

(黄門) え～、それでは、ミスぐだ男ママ、お願いします。

(ママ) 私も今、今年の紅白の出場歌手一覧というものをしているのですが、横文字でわかるのは、バカ今野八一行が知っている3組と、ORANGE RANGE とMrs.GREEN APPLEだけで、あとは知りません、私、完全なオバちゃんです。

(今野) オバアちゃんだろ?!

(ママ) やっぱり、お前はバカだ、今野八一行！みそ汁で顔を洗って、出直なさい!! バカは相手にしないことにして、あのバカと同じだと気分が悪いので、天城越え、に100イースナーをベットします。

(黄門) え～、それでは、ミスター高行君、お願いします。

(高行) 私も今、今年の紅白の出場歌手一覧というものをしているのですが、横文字でわからないのが、TUBEだけです。

(今野) (ママ) え～！まじ？

(高行) 石川さゆりが熊におそわれる可能性がゼロではありません、オッズが高い、出場しない・その他、に2イースナーをベットします。

(黄門) え～、それでは、今野八一行が当たりますと20イースナー、ぐだ男ママが当たりますと300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、今年の紅白も、石川さゆり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～

