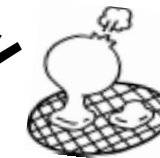




## おもちとろ~カレーリメイクグラタン



### ★材料★

- ・カレー（残りでOK）…おたま3杯くらい
- ・小松菜…2束
- ・おもち…2~3個
- ・チーズ…大さじ1
- めんつゆ…大さじ2.5
- 水…大さじ2
- 片栗粉…大さじ1

### ★作り方★

1. カレー（大きすぎる具材は少し小さくする）に5センチくらい切った小松菜を入れ火が通ったら○の調味料でとろみをつけます
2. おもちを魚グリルかトースターで少し膨らむまで焼きます
3. 耐熱皿にカレーを入れその上からお餅を散らばせて最後にチーズをかけます
4. オーブンで10~15分くらい焼き、チーズがこんがり焼けたら完成です

## たった新聞紙 暮らしに生かす!!

読み終えた新聞紙がすぐにたまりリサイクルに出されてると思いますが、掃除や食品の保存など暮らしに生かす方法を紹介したいと思います。

### ●8種類の野菜・果物の保存を新聞紙で包んで試してみた結果○

・健闘したのが、大根とバナナです。大根は何もしないとどんどん水分がなくなり徐々に細くなっていきますが、新聞紙に包んだものは1.5倍ほどの太さを維持します!!バナナは放置すると3日で皮に黒い斑点がでてきますが、新聞紙に包むと5日後まで変色を遅らせれます!!



・葉物野菜は新聞紙で包んでも効果ないです。2日もすれば水分が飛んでしわになり10日後には元のサイズの3分の1ほど小さくなってしまいますので、新聞紙の保存は効果なしです!!

・ジャガイモは芽が出て変身するため、長期の保存の場合は新聞紙で包んで光を遮る保存は効果的です!!



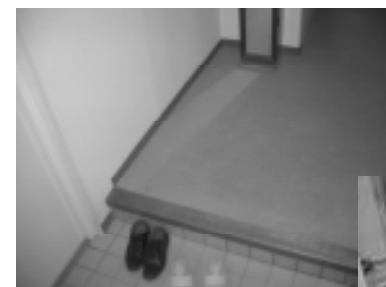
### ●生ゴミの処理にも効果的です○

広げた新聞紙に野菜くずや生ゴミを包んでゴミ袋に入れておくと、新聞紙に包まずにゴミ袋にいれたのでは生ゴミの臭いが全く違い新聞紙に包んでると臭いがほとんどいません。一度お試し下さい。夏にお試しして頂くともっと効果ができます。



●料理した後の油汚れにも効果的○  
炒めものなどで使用されたフライパンを新聞紙で拭いてみるとある程度油汚れが取れ、洗剤とスポンジで洗いやすくなります

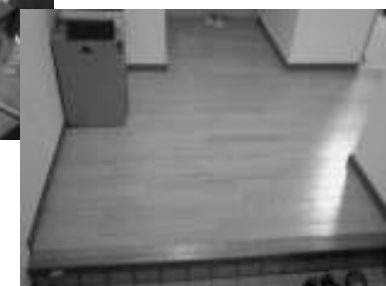
## リフォーム現場情報!



カーペット敷の玄関ホールをフローリングにリフォームしました



施工後 ↓



住み慣れた我が家のイメージチェンジとともに、お掃除もらくらくで清潔です。

新しい  の家造り

すなわちそれは古き良き時代の日本の家造り（建築のいた歴代）  
 富徳の経験と  
 サポートする場所

 株式会社 シモダ

健康で快適な住まいを考える会・大阪

住まいの駅

〒571-0017 門真市四宮1-2-3

TEL 072-886-0311

<http://www.sumai-no-eki.jp/>