



TSUBAME's キッチン



かぼちゃとさつまいものポタージュ

ミキサーを使わずに食感を残した食べるポタージュスープです。
味噌でコクをだすのがポイント! 豆乳でもできますが、沸騰に気を付けてください。



材料 (2人前)

- ・かぼちゃ 100g
- ・さつまいも 100g
- ・牛乳 300cc
- ・玉ねぎ 1/2個
- ・コンソメ 3g
- ・味噌 小さじ1/2
- ・オリーブ油 大さじ1/2
- ・黒こしょう お好みで
- ・ナッツ お好みで



作り方

- ① かぼちゃ、さつまいもを1.5cm角、玉ねぎは薄切りにする
- ② 鍋にオリーブ油を熱し、玉ねぎを炒める
- ③ 玉ねぎが透き通ったら、かぼちゃとさつまいもを加え、軽く炒める
- ④ 牛乳、コンソメを加え、蓋をして蒸し煮にする
- ⑤ 柔らかくなったら鍋の中で潰してなめらかにする
- ⑥ 味噌を溶かし入れ、沸騰しないように温める
- ⑦ 器に盛り付け、黒こしょうや砕いたナッツをトッピングする



簡単野菜のキッシュ

冷凍パイシートで野菜たっぷりのキッシュはいかがですか。
冷凍パイシートはあらかじめ常温に戻しておいてください。
おもてなし料理にもおすすめ!



▶ レシピは動画でチェック!



つばめTV!

お料理動画は毎月更新中♪
チャンネル登録はこちら▶



タテのカギ

1. イエス・キリストの誕生を記念する祝祭
2. 生物が長い年月の間に
高等なものになっていくこと
3. 一人掛け用の背もたれのない簡単なイス
4. クリームたっぷりがいいですね!
クリスマスの定番のお菓子
8. 時給で働きます。アルバイトを略して
10. 風や低気圧により海面が高くなる現象
12. ナベなどを乗せ、下から火を燃やして
煮炊きをするための設備
14. 甘味、塩味、苦味、辛味、酸味、そして...
16. 今年は12月22日。
柚子湯で温まりましょう
18. 魚のサメのことをこう呼ぶ地域も

クロスワードパズル



ヨコのカギ

2. 昔は12月のことをこう呼びました
5. プレゼントには必要ですね。
綺麗なひも状のデコレーション
6. 海外では、もみの木が使われます。
クリスマス〇〇〇
7. 傷やよごれを防ぐために物をおおう物
9. 胴から足が出る所。ももとももの間
11. 魚のような姿ですが哺乳類です。
芸を覚える賢い生き物
13. 有望な新人や優秀な人材を発掘して
勧誘すること
15. 矢や弾を当てるための標的
17. 周りを海や湖に囲まれている陸地
18. 動かないこと。
「〇〇〇明王」、「〇〇〇産」
19. 一年の最後の日。十二月三十一日



ヒント 枕元に〇〇〇〇をお忘れなく!

今月のプレゼント

サッと使える
お掃除クロス10枚組

正解者から
抽選で **36** 名様

取り出しやすい化粧箱入り
マイクロファイバークロス



応募方法

12/5
締切
消印有効

はがき応募

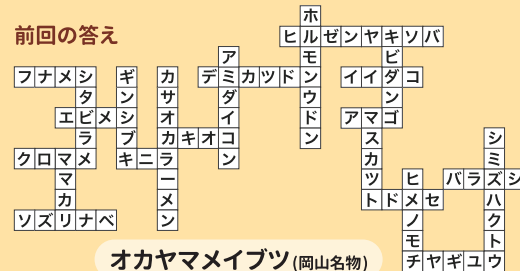
請求書に記載のお客様
番号(12ケタの数字)ご住所、お名前、
お電話番号、クロスワードの答え
(ABC...の順で答えてください)、ご意見・
ご感想をご記入の上、下記までお送り
ください。
〒702-8021 岡山市南区福田174
つばめガス(株)「りんご編集室」

ウェブ応募

QRコード先の
フォームから、
お送り
ください



前回の答え



オカヤマメイブツ (岡山名物)

便利でお得! マイページに登録



ご登録は
こちら!



WEB上で請求書を確認可能

払込票の送付をご希望の方はご利用いただけません



ガス料金から毎月55円値引き

WEB 請求明細サービスに登録の場合のみ



クレジットカードの登録・変更が可能

新規登録の場合は数日いただきます

ガスについてのご相談はもちろん、不動産、リフォーム、
保険、電気、インターネットなど暮らしのお悩みは
何でも、お気軽にご相談ください!



本 社

☎086-263-6666
〒702-8021 岡山市南区福田 174

倉敷支社

☎086-465-7711
〒710-0803 倉敷市中島 1397-1

福山支店

☎084-946-6611
〒721-0942 福山市引野町 4-22-34

三原支店

☎0848-29-6555
〒723-0052 三原市皆実 2-3-11

岡山・広島で
“1社”の
広域ゴールド
保安認定
事業者

