

予約の取れない料理教室

～道乃さんが教える人気レシピ～



イケメシ

You Tube つばめTV

by つばめTV

道乃さんプロフィール

鳥取県米子市でOLをしながら、趣味として続いていた料理の腕が評判となり、2015年に料理教室「Lotta」を始める。

持ち前の明るさと個性的なキャラクターで、口コミで生徒数が増え続け、日本一人口の少ない鳥取県で、「予約の取れない料理教室」と呼ばれるようになる。



3分でできる!! しらす和風パスタ



〈材料(1人前)〉

パスタ ……80g 刻みのり ……適量
しらす ……50g 大葉 ……3枚
バター ……5g 卵の黄身 ……1個
醤油 ……大さじ1

〈作り方〉

- ① ボウルにしらすを入れ、醤油と混ぜる
- ② ゆでたパスタを水気を切り熱いうちに①にいれ、バターも加えよく和える
- ③ 刻んだ大葉も一緒に和える
- ④ お皿に盛り、真ん中に卵の黄身、刻みのりとさらに大葉のをせできあがり



トマトがたくさん食べれる! 大葉のカプレーゼ



〈材料(1人前)〉

トマト ……1個
モッツアレラチーズ ……50g
バジル(大葉) ……5g
塩 ……適量
オリーブオイル ……適量

〈作り方〉

- ① トマトを5mmにスライスする
- ② トマトの間にバジルまたは大葉をはさむ
- ③ モッツアレラチーズを2等分～4等分にする
- ④ オリーブオイルと塩をかけ完成



住宅工事等によるガス事故を防ぐために

工事の際は事前に弊社にご連絡ください。
ガス管の位置を確認せずに工事を行うとガス管を損傷し、ガス漏れやガス爆発事故に至る場合があります。



おでかけ情報

7/5(金)～7(日)

おかやま餃子まつり

所／下石井公園(岡山市北区幸町10-16)
問／090-7373-7075 岡山ぎょうざ王国推進委員会

美味しい餃子の食べ比べができる様に、宇都宮、浜松、京都から、全国的に人気の高い餃子店も参加する。



～6月下旬

あじさい祭り(神宮寺)

所／広島県府中市栗柄町2987
問／0847-45-5118

80種3000株ものあじさいが咲く。府中市の花でもあるあじさいが境内を埋めつくし、雨が降っても情緒豊かな風景を楽しむことができる。

7/12(金)～14(日)

祇園祭(素戔鳴神社)

所／広島県福山市新市町大字戸手天王1-1
問／0847-51-2958

3日間にわたり開催。最終日には、21時から近隣地区の神輿3基が次々と神社に集まり、担ぎ手たちがかけ声をあげながら、重さ約500kgの神輿を激しくぶつけ合う「けんか神輿」が繰り広げられる。



あじさい祭り(別格本山 大聖寺)

所／岡山県美作市大聖寺1
問／0868-76-0001

あじさい寺とも呼ばれる大聖寺。約5000株のあじさいが咲き誇る。小説「宮本武蔵」に登場する千年杉のモデルとなった大イチョウも2本そびえ立っている。

7/27(土)

尾道港開港850年記念 ブルーインパルス展示飛行

所／尾道市街地一帯予定
問／0848-38-9184 尾道市観光課

尾道港開港850年を記念し、航空自衛隊のブルーインパルスによる展示飛行がおこなわれる。※5/10現在



逢東アジサイ公園

所／鳥取県東伯郡琴浦町別所1030-1
問／0858-55-7811 琴浦町観光協会

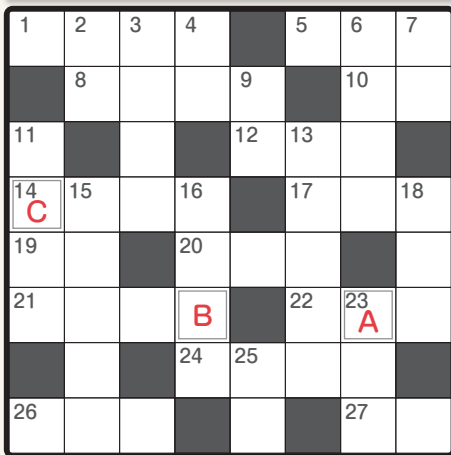
海を一望することができる公園。塩害防止のためにアジサイを植えられたものを、昭和50年頃に防波堤新設工事のため、一か所に集め公園にした。10種類、2000本近くのアジサイが植わっている。

クジのカギ

- ② 過ぎ去った時間。むかし
- ③ 物をくしに刺すこと
- ④ 奈良公園に多く生息している哺乳類
- ⑥ 二酸化珪素からなる鉱物。クオーツ
- ⑦ 岩や石がこわれて、
長い間に細かく変化したもの
- ⑨ 今日朝
- ⑪ カギを差し込むための穴
- ⑬ 四方を敵に囲まれて孤立無援であること
- ⑮ プロフィールや経歴を書いた書類
- ⑯ やりを遠くに投げる能力を競う競技
- ⑰ したく。準備
- ⑲ 陸地をほって船が通れるようにした水路
- ㉑ 一緒に行く人。同伴者



クロスワードパズル



ヒント

夏バテ予防に
効果あり!



ヨコのカギ

- ① 目を布などでおおって
見えないようにすること
- ⑤ 左へ曲がること
- ⑧ 腰をおろして休むための台やいす
- ⑩ 行動の拠点となる場所。「秘密〇〇」
- ⑫ 新聞・雑誌・書籍などの文中に差し入れる絵
- ⑭ ヨーロッパ南東部の国。首都はアテネ
- ⑰ すぐれているととめられて、誇りに思うこと。
ほまれ
- ⑲ 話し手が自分・相手のどちらからも
遠く離れた物を指す言葉
- ㉑ 利益を受ける権利
- ㉒ 踏み歩くと「キュッキュ」と独特の音がする砂浜
- ㉔ 二つの物・事柄の間に違いがあること
- ㉖ 毎月一回定期的に発行すること
- ㉘ 日本と西洋。「〇〇〇折衷」
- ㉚ 山や岸などがけわしく切り立っている場所

正解者の中から抽選で

30名様に、
「アートフローラ
ボックスポーチ」
を差し上げます。



応募締切／7月5日消印有効

当選者の方に景品受け取り方法をお手紙にて郵送させていただきます。お手紙の発送をもって発表にかえさせていただきます。

「りんごメール」登録で500円値引!

お得な商品、イベント等の情報を配信します!



6月末までに登録頂いたお客様は
7月分のガス料金を500円値引★
左のQRコードを読み、登録して下さい。
※読めない場合、下記サイトにアクセスして下さい。
<https://www.tsuamegas.com/mm/regi.html>
※1月につき1台1回のみ、税込の値引額。※初めての方のみ。



～6月号の解答～

6月号の答えは
「カンソウ(乾燥)」
でした。
当選者25名様に
「ラージクルバッグ」
を差し上げます。



応募方法

ABC…の順で答えてください。検針伝票に記載しているお客様番号(8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、ご意見、ご感想をご明記の上、

〒702-8021 岡山市南区福田174

つばめガス株式会社「りんご編集室」までお送りください。

※ホームページからも、ご応募頂けます。

TSUBAME GAS NEWS PAPER "RINGO"

りんご

季節の情報やオリジナルレシピ、クロスワードなど
お得な情報が満載の月刊紙「りんご新聞」はこちら!

応募フォーム

はこちら

