

TSUBAME'sキッチン



春にんじんのポタージュ

玉ねぎを使わずににんじんの甘みだけ。
βカロテンがたっぷりのニンジン免疫アップの強い味方!



- ・にんじん.....300g(2本)
- ・有塩バター.....30g
- ・水.....200ml
- ・牛乳.....150ml
- ・塩.....少々



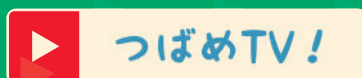
- ① にんじんを薄くいちょう切りにする
- ② 鍋にバターを溶かし、①を入れ塩を少々加え、弱火でじっくり炒める(焦げる手前まで10分程度)
- ③ 水を加え煮る
- ④ ミキサーなどにかけて、鍋に戻したら牛乳を加えあたためる
- ⑤ お好みでパセリなどを散らしてできあがり

大人のサンドイッチ

常備菜にもぴったりの塩麴きのことれんこんのソテー、カマンベールチーズをサンドしました。お酒にも合うような大人におすすめのサンドイッチです。



レシピは動画でチェック!



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. 太い蛇のような見た目の未確認動物
2. スマホの電池にも使われている金属で、元素記号はLi
3. かたいゼリーのようなお菓子
4. 欧米ではタピスリー、日本では西陣織などが有名な織物の技法。
キャロル・キングのレコードの邦題にも
5. 忍者の武器のひとつで、地面にまいて使う
7. 経験や失敗を〇〇にして成長する
9. 現行1万円の裏面にデザインされている想像上の鳥
10. 『枕草子』は清少納言が書いた平安時代の〇〇〇〇(エッセイ)
14. 台所で活躍するガス器具の代表選手
15. 損害保険を略して
16. チョウやガなどの幼虫の通称、毛むくじゃらの〇〇〇
17. 磁石を使って砂場で遊んでいると、たくさんついてきます
18. 花や葉などを容器に入れて作る、香りを楽しむアイテム
20. 手に持って使う歩行を助ける細い棒

クロスワードパズル



ヨコのカギ

1. バイクなどで出かける小旅行
4. 「夫」の反対語
6. “独眼竜”伊達政宗のカブトの前立て(飾り)の形
8. 自由気ままで身勝手な様子
11. 最近は観ない若者も多いんだとか……
12. 国や地方自治体で、
社会の土台作りを仕事にしています
13. 特定の人物、キャラクター、作品に、
熱烈な愛情を注ぐ行為やその対象のこと
14. 肩や腰などの筋肉が張って固くなること
15. 物事の最終的なしめくり
19. テレビや動画の画面に映る文字情報
21. もともとは競技のユニフォームでしたが、
今ではクールビズで大活躍
22. 気持ちを引き締めて物事に当たることを「〇〇を正す」といいます

今月のプレゼント

コリすっきり! 毎日お手軽
マッサージブラシ

正解者から抽選で **20** 名様



応募方法

5/5
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…の順で教えてください)、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

サハラ	ヤキメシ
クレーター	カバ
ラマ	ワコブ
ソワースト	オナ
ボウカト	フナ
オムレット	ガ
ダガシ	ブライド
シシヤモ	イモリ

ワカバマーク

便利でお得! マイページに登録

- 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

ご登録はこちら!



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

岡山・広島で
“1社”の
広域ゴールド
保安認定
事業者

