



焼き鯖寿司

冷凍の塩鯖を使って簡単にできる絶品の焼き鯖寿司！
薄切りにした生姜をすし酢につけるだけでガリもできます。

材料 (2本)

- 塩鯖(冷凍).....2枚
- ご飯.....400g

- A**
- 酢.....大さじ2
 - 砂糖.....大さじ1
 - 塩.....小さじ1/2
 - 白ごま.....大さじ2
 - 新生姜.....40g

- B**
- 酢.....大さじ2
 - 砂糖.....大さじ1
 - 塩.....小さじ1/2
 - 大葉.....6枚

作り方

- 生姜を薄切りにして、**A**につけておく
- 塩鯖は必要であれば小骨を取り、冷凍のままグリルで両面焼く
- 熱々のご飯に**B**を回しかけ、しゃもじで切るように混ぜる
- 3**に細かく刻んだ**1**と白ごまを加え、混ぜる

- 細長い容器に大きめにラップを広げ、鯖の皮を下にしておき、大葉をのせ酢飯を詰める(2つ分)
- ラップでしっかり包んだら軽く重しをして30分程置き、馴染ませる
- ラップごと切り分ける



山盛りチーズの春菊サラダ

葉が柔らかく小さめの春菊がおすすめ。粉チーズをたっぷり使うのがポイント！ワインと相性抜群です。ベーコンをちりめんじゃこに変えてもおいしいですよ。



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

- 時季の変わり目に、季節に合った衣服に着替えること
- 歌自慢が「自慢」するもの
- 火災の発生や延焼を防ぐこと
- 吸ったり吐いたりするもの。呼吸
- 子孫繁栄を願って食べる、縁起物の餅
- 使いみち。「〇〇不明金」
- 猫の仲間の猛獣。〇〇の威を借る狐
- 学生や生徒のクラブ活動。
- ぎっしりと並べられている様子。「〇〇〇〇状態」
- リモコンや懐中電灯を動かす源
- 睡眠中に本当の出来事のように頭に浮かぶもの
- 形や色ではなく、ツヤや手触りといった素材の持ち味のこと。テクスチャー
- 飛んで来ること
- 竹などを編んで作った底の浅い容器
- 木をくりぬいて鼻緒(はなお)をつけた日本特有の履き物
- 5月を英語で言い換えたもの

クロスワードパズル

ヨコ →

1		2	3		4	5
		6			7	
8	D		E			A
12		13				14
		15	16		17	
						B
	18				19	
20				21		22
23			24			
						C

↑ タテ

ヨコのカギ

- 屋根より高い、布製の魚
- 数や量などが示した値よりも下であること。タコではない
- 首・手足・しっぽ以外の体の部分
- サインなどを書いてもらう厚紙
- 物事の起こり。起源。物の付け根。「〇〇も子もない」
- 勝って〇〇〇の緒を締めよ
- 傷つきやすい心を「〇〇〇のハート」という
- デモンストレーションの略
- 生まれた土地のこと
- 馬・牛・羊などの足先にある硬い角質のつめ
- 地球上の陸地の表面を覆っている細かい堆積物
- 結晶の荒い、ざらざらした砂糖
- 病気やけがを手術などによって治療する診療科
- 野球で走者が得点するために通過する地点。ベース
- 出番に備えて、準備をして待つこと
- 〇〇〇〇、OK!

ヒント ♪ まさかりかついだ♪ 〇〇〇〇〇♪

今月のプレゼント

グリルが焦げつかない!
焼き網シート

正解者から抽選で **43** 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、〒702-8021岡山市南区福田174下記までお送り づばめガス(株)「りんご編集室」ください。

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	バ	ダル	マ
ク	ラ	ス	ガ
ラ	テ	エ	キ
ク	サイ	フ	ト
ク	ク	シ	ヨ
ク	シ	ウ	ヒ
ニ	ユ	ガ	ク
シ	キ	シ	キ

サクラサク(桜咲く)

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
- 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

