

TSUBAME'sキッチン



🍞 クイックブレッド

ベーキングパウダーを使うので発酵時間なし。
食事パンにする場合は砂糖を減らしてくださいね。
ナッツやチョコ、炒めたベーコン・玉ねぎなどを加えてアレンジ自在！

材料

- 薄力粉200g
- 砂糖30g
- 塩2g
- ベーキングパウダー..... 4g
- プレーンヨーグルト..... 50g
- 水 100ml

作り方

- ① ボウルに薄力粉、砂糖、塩、ベーキングパウダーをふるいながら混ぜる
- ② プレーンヨーグルトと水を混ぜ、①へ加えへうで混ぜる
- ③ ひとまとめにしてオーブンシートにのせ、十文字にクープ(切れ込み)を入れる
- ④ 200℃に予熱したオーブンで15～20分焼く



油脂が入っていないので食べ頃は当日中。
かたくなったら電子レンジで
20秒温めるとふんわりします。

🍵 紅茶のパナコッタ

コクとなめらかさが魅力の冷たいデザートはいかがですか？
イタリア語でパナ＝生クリーム、コッタ＝煮たという意味。
紅茶は香り高いアールグレイがおすすめ！



レシピは動画でチェック！



つばめTV！

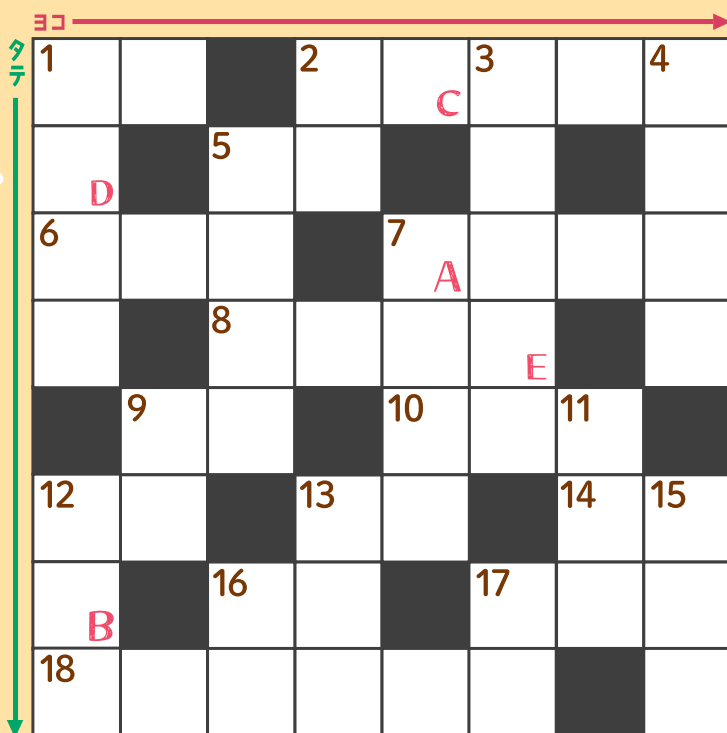
お料理動画は毎月更新中♪
チャンネル登録はこちら➡



👇 タテのカギ

1. 夏の朝に、ラッパのような形の花を咲かせる植物
2. 夏休み…予定がないから〇〇だなあ…
3. 引き出しや箱の中を細かく仕切るための板
4. まぶたが腫れる
「ものもらい」を意味する、関西の呼び名
5. コンピューターを動かすための、機器やプログラムなどのまとまり
7. 長期間の旅行。「明日からの〇〇〇〇に備えて、荷造りをする」
9. 目が悪くないのに、
オシャレとしてかけるのは〇〇眼鏡
11. 美作市の両山寺で8月に開催される護法祭は「〇〇〇(変わったお祭り)」として有名
12. 心霊現象で、幽霊が部屋で鳴らす音。
〇〇〇音
13. 人を通さないように出入り口を閉ざすこと
15. ご先祖様の霊をお迎えして供養する、夏の行事
16. 服のサイズ。エス、エム、〇〇
17. 目ざすところ。めあて。「〇〇が付く」

クロスワードパズル



ヒント🐾 トマトやナスなどの野菜のこと

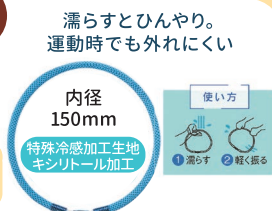
➡ ヨコのカギ

1. 夏休みのルーティーン。
♪ 新しい〇〇が来た～♪
2. 関西地方で親しまれている、
ショウガ風味の夏の冷たい飲み物
5. トラは黄色と黒の〇〇模様
6. 窓やコップなどに使われる、
割れやすい透明な素材
7. 今の形になるまでの歴史や由来。
「漢字の〇〇〇〇を調べる」
8. 手配や手続きなどを間違えてしまうこと
9. 河川の水をせき止めて貯水する大きな構造物
10. 表面を火でさっと炙って作る、
カツオの代表的な料理
12. エスプレッソに温かいミルクを
たっぷり混ぜた飲み物「カフェ〇〇」
13. 体が細長く、足がない爬虫類の一種
14. 魚を釣るときや、
洗濯物を干すときに使う長い棒のこと
16. 海水浴でよく注意が呼びかけられる、
毒をもつ種類もいる平たい魚
17. 名前を書きならべた帳面。「従業員〇〇〇」
18. プールの周りにある、歩いたり
休んだりする場所。走っちゃダメ！

今月のプレゼント

首元ひんやり
スポーティリング

正解者から
抽選で **24** 名様



応募方法

8/5
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…の順で答えてください)、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 つばめガス(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

ナ	ス	ケ	ン	ギ	ユ	ウ
シ	ユ	ス	ス	シ	メ	メ
ア	マ	リ	ラ	バ	カ	イ
タ	マ	マ	ス	ワ	ケ	リ
ド	ヒ	メ	ケ	イ	ワ	リ

タナバタマツリ(七夕祭り)

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

