

## ご存知ですか？

7月4日は梨の日

みずみずしさを楽しむには早めに食べましょう♪

みずみずしく、さわやかな甘さがおいしい梨。7=な、4=し の語呂合わせで2004年に「梨の日」が制定されたそうです。

和梨の種類は多く、30以上もの品種があります。和梨には赤梨、青梨があり、赤梨は、皮に赤みがあり、ザラザラした手触りが特徴。代表的な品種として知られる「幸水」、「豊水」などがあります。青梨は、皮の色が緑色っぽくて、表面がツルツとした手触りが特徴。代表的な品種は二十世紀梨などがあります。

豊水は、強い甘みと酸味控えめで、ジューシーさが特徴。幸水は、甘さと酸味のバランスが良く、こちらもジューシーさが特徴です♪

梨、おいしいね♪



和梨の保存方法は、乾燥を防ぐために、キッチンペーパーや新聞紙などにくるみ、ポリ袋などに入れて冷蔵庫の野菜室に入れましょう。

### おいしい梨の見分け方

和梨の一般的なおいしい見分け方をご紹介します。軸が太く、色ムラが比較的少なく、ふっくらしていて、皮に張りがある重みのあるもの。おしりのくぼみが深いところもポイントだそう。赤梨は、熟すと、赤みがかった色に、青梨は、熟すと黄色みがかった色になり、食べ頃となります。



〒400-0411  
山梨県南アルプス市  
西南湖264

本社



0120-822-224

LIXIL  
リフォームショップ

ナカゴミ建設



〒409-3867  
山梨県中巨摩郡  
昭和町清水新居1048

昭和店



0120-054-455

LIXIL  
リフォームショップ

ナカゴミ建設

## 住まいの事ならなんでもお任せください!!

リフォームなどの改修工事は決して安いものではないですが、各部の劣化を放置すると大掛かりな工事(補修・復旧)が必要となり、現状よりも高額な工事代金となってしまう場合もあります。

情報発信してます! (株)ナカゴミ建設 のフォローお願いします!

ナカゴミ建設  
ホームページ



ナカゴミ建設  
涼温な家

LINE  
はじめました。



ナカゴミ建設  
LIXIL  
リフォーム  
ショップ  
ナカゴミ建設

Instagram



ナカゴミ建設  
LIXIL  
リフォーム  
ショップ  
ナカゴミ建設

twitter



ナカゴミ建設  
LIXIL  
リフォーム  
ショップ  
ナカゴミ建設



空気がきれい 涼温 な家

No.76



株式  
会社

ナカゴミ建設

## 今月の施工事例

### 0様邸 (南アルプス市) キッチンリフォーム工事



施工前



施工後

キッチンのリフォームを行いました。今までよりも明るく、すっきりしました!こちらのキッチンは収納がしやすく、取り出しやすく作業がスムーズにできるんです!毎日使うキッチンだからこそ楽しくお料理していただけたらいいと思います。ウォールシェルフは敢えて設置せずに天井までキッチンパネルにすることでとても明るくスッキリした印象に★お手入れや日々のお掃除もしやすいキッチン♪近くにお住まいのお孫ちゃんも来てくれてパチリ📷させていただきました※★☺

### A様邸 (富士川町) 玄関ドアリフォーム工事



施工後



施工後

玄関引戸のリフォームを行いました。リシェント玄関の特徴は、1日でリフォームができること、室外内側も防犯対策されていることです。カラーをオータムブラウンにしてとても温かみのある玄関に生まれ変わりました!





## 快適Life



お弁当の彩りと栄養に強い味方、ミニトマト。ヘタ付きのまま入れると雑菌の繁殖の恐れが。また、水分も残りやすく、いたみの一因にもなりますので、ヘタは取ってから入れましょう。

### 弁当箱はすみずみまで洗いましょ

お弁当箱を清潔に保つことも、食中毒対策につながります。たとえば、フタのふちはもちろん、ゴムパッキンなどがあれば、必ず毎回外して、隅々まで十分に洗いましょ。今は泡スプレー式の食器用洗剤もあるので、利用するのも一つの手ですね。油が残っているときはすすぎにお湯を使うとスッカリします。もし、汚れが気になる...という場合は、説明書きを参考に、台所用漂白剤をお湯に溶かしてつけ置き洗いをおこなうことをおすすめします。

## 暑い日のお弁当食中毒対策

暑い日はお弁当がいたまないよう、配慮が必要ですね。そこで、対策をご紹介します。

### ①調理前の手洗いは基本中の基本

石鹸などで丁寧に洗うのはもちろん、生の肉や魚を触った際も丁寧に洗いましょ。ちなみに、野菜や、肉・魚用とまな板を分けるのもおすすめです。

### ②野菜をゆでるときは、その前に切る

野菜はゆでてから切ることも多いかもしれませんが、お弁当に関しては、切ってからゆでることで、まな板などの調理器具に触れることなくすぐ味付けができるので、雑菌繁殖のリスクを防げます。

### ③防腐効果のあるグッズを利用する！

最近では、ワサビ成分を含んだフィルムなどがあるので、利用してみましょ。

#### ●一例で見る、食中毒対策ポイント

ブロッコリーは湯の中に水分が残りやすいのでしっかりとふき取りを！

卵焼きは中までしっかり火を通しましょ

梅干しは対策に有効だけど、昔ながらの塩分がしっかりあるものが高濃度の殺菌効果が期待できておすすめ！ちなみに、梅干しを散らしてご飯に乗せるとなお良しです

ちなみに、お酢も殺菌に効果的。ご飯に少量のお酢を混ぜると良いそうです。

## かんたんレシピ

教えてくれた人...尾田衣子さん  
料理研究家。料理教室「アセットドキヌ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほかで料理を学び独立。身近な食材で手軽に作れる料理に定評がある。  
<http://ryo-ri.net/>

### 材料

(2~3人分)

- 鶏もも肉...400g、塩・コショウ...適量
- A: ヨーグルト...150g、カレー粉...大さじ1、ケチャップ...大さじ3、ニンニク...1かけ、ショウガ...20g
- サニーレタス...2枚

## お手軽♪タンドリーチキン

インド料理で知られるタンドリーチキン。おうちで、しかもトースターで手軽につくることができます♪ぜひチャレンジしてみてください。



①鶏もも肉は、食べやすい大きさに切り、塩・コショウをふる。

②Aを混ぜ合わせ、①を加えてよく混ぜ、1時間ほど漬けこむ。

③トースターの天板に②を並べ、15~20分焼く。

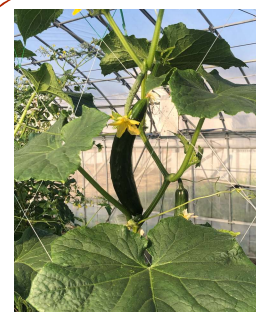
④器に、手でちぎったサニーレタスをのせ、③を盛りつける。

※鶏もも肉の漬けこみ時間を長くすれば、さらに味がよ〜くしみこみ、ヨーグルトの効果で、お肉もやわらかく仕上がります。



## S社様 増築工事 地鎮祭を行いました。

※地鎮祭とは...  
工事を始める前に土地の神をまつり、工事の無事を祈る儀式。  
S社 皆様で、参加してくださいました。



(株)ナカゴミ建設 社長の野菜☆  
今回はきゅうりといちごのご紹介☆  
きゅうりの逆立ち!!  
星やくまの形をしたきゅうり。  
食べるのもったいないです。  
最後は真っ赤なイチゴ♪