

『洋裁教室』の様子♪

7月の洋裁教室の様子です!! 涼しい麻のワンピースとサルエルパンツ☆少し開きすぎかな?と思われたワンピースの襟ぐりにはフリルでアレンジ。何でも自分好みに調整できるのは、手作りならではの素敵ですね。素敵です!



洋裁教室は毎月やっています。
こんなもの作ってみたいけど...
という方!是非お気軽にお問
合せ下さいね!

旬のレシピ

食欲がすすむ、蓮根の
アレンジレシピをご紹介します♪



・鶏ささ身と蓮根の香味ねぎだれ・

【材料】

- ・鶏ささ身 6本
- ・蓮根 1節(150g)
- ・ねぎ(白い部分)..... 1/2本分
- ・ピーナツ 20g

【下味】

- ・しょうが(すりおろす) ... 1かけ
- ・しょうゆ 小さじ2
- ・酒 小さじ2

【たれ】

- ・しょうが(みじん切り) ... 1/2かけ分
- ・にんにく(みじん切り) ... 1/2かけ分
- ・酢 大さじ2
- ・しょうゆ 大さじ2
- ・水 大さじ1
- ・砂糖 大さじ1
- ・ごま油 大さじ1
- ・片栗粉 適量
- ・サラダ油
- ・塩 少々

【作り方】

- ① ささ身は筋を取り、縦に切り目を入れて左右に開き(観音開き)、厚みを均等にする。《下味》の材料をからめて10分間ほどおき、片栗粉をしっかりとまぶす。
- ② 蓮根は皮をむいて4cm長さに切り、縦6~8等分の太い棒状に切る。ねぎは斜め薄切りにして水にさらしておく。ピーナツは粗く刻む。
- ③ 小鍋に【たれ】の材料を混ぜ合わせて中火にかけ、ひと煮立ちしたら火を止める。
- ④ フライパンにサラダ油大さじ1を中火で熱し、蓮根を入れて炒める。焼き色がついてきたら塩少々をふって取り出す。サラダ油を足し、ささ身を両面こんがり焼く。
- ⑤ ささ身を食べやすい大きさに切り、蓮根とともに器に盛る、ねぎをのせ、【たれ】をかけて、ピーナツを散らせば完成です♪



持続可能な開発目標(SDGs)とは、
すべての人々にとってよりよい、
より持続可能な未来を築くための17の目標”

個人でもできることはあります!
～ 食品ロスをなくそう～



食品ロス削減のために、日常、私たちが簡単にできること...
食品ロスの約半分は家庭からだそうです。日々の食生活を見直して、
SDGs達成にむけ、小さな努力を積み重ねていきましょう!

- 1、食材を使い切り、食べ切る
- 2、無駄なく必要な分だけ食べ物を買う
- 3、適切に保存する
- 4、期限表示について理解し、適切に食べ切る
- 5、期限の近いものから購入する
- 6、わけあり食品を購入する



「食べ物を捨てない」以外にも個人でできることは、
たくさんあります。これくらい...と思わず、
実践していきたいですね!



住宅豆知識

日々の暮らしの
参考にして下さいね

～本当の事、職人の方に聞いてみました! part35～

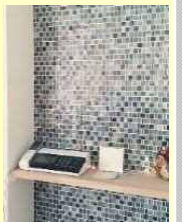
家にいる時間が増えたので、リビングの
アレンジを考えたいのですが、何かいい案はありますか?

ANSWER



デザインタイルを活用したお部屋づくりはいかがでしょう?

タイルはサイズ・カラー・表面の仕上げのバリエーションが豊富で
オリジナリティの高いデザインを作るのが大きなメリットです。
クロスとは違った、趣がありますよ。



・いつまでもきれいな状態を保てる

高温で焼き上げるタイルは経年劣化に強く、美しい状態を長くキープできる
のも魅力です。

・ライティングとの相性が良い

凹凸のあるタイルは、スポットライトやダウンライトで照らすと
明暗のある素敵な雰囲気を生み出します。



・調湿機能付きの製品がある

室内の湿度を一定に保つ働きを持つ「調湿機能付きタイル」があります。
冬の乾燥や夏のダニ・カビ防止にも役立ち、小さなお子さんやペットがいる
ご家庭にもおすすめです。

ちょっとしたアクセントをいれたり、壁一面のデザインなど、活用方法も
幅広いので、リノベーションに取り入れてみてはいかがでしょう?



リフォームにご関心のある方、不動産を
お探しの方、建て替えをお考えの方、
お気軽に御相談下さい。
小さな修繕から大改造まで当社の
コーディネーターがご提案させていただきます。
URL : <https://www.kk-miura.com>



(株) 三浦建設

〒611-0002京都市宇治市木幡須留1-189
TEL: 0774-32-8483 FAX: 0774-32-6730
URL: <https://www.kk-miura.com>
Office mail: office@kk-miura.com