

ふれあい CAFE

お答えします



■かき揚げを上手に揚げる方法

●切った野菜の水分を取り、小麦粉を振りまぶすのがコツ。少し揚げたところで、菜箸で穴を開けます。

(綾綾西S様)

●具材と衣を混ぜる前に、具材に薄く小麦粉をまぶしておくバラバラになりません。新しい油を使うこともお忘れなく。

(茅茅ヶ崎M様)

●たねを乗せた木杓子ごと油に入れ周りが固まってからそっと外すと、成功率アップ。(藤辻堂元町N様)

●A.衣に少しペーキングパウダーを加える。B.衣に卵を加えない。

土日も営業の「地域密着型」銀行  
疑問やご相談に1から丁寧にお答えします

東側入口より入ってすぐ。個人のお客様への対応に特化した「しずちゅうCSショップ」の2号店として、昨年12月にオープンした。窓口は平日・土曜・日曜すべて夕方6時まで営業(祝日のみ休業)。「気軽に立ち寄れて」「じっくり相談ができる」店舗を目指し、湘南モールのポイントカードに



しずちゅう CS定期預金

★お預入期間... 3年間

5年間 年0.40% (税引後年0.32%)

3年間 年0.30% (税引後年0.24%)

CS SHOP=「お客様満足」を実践するSHOP

詳細は店頭にてご説明いたします



●藤沢市辻堂新町4-1-1湘南モールFILL1F ●TEL 0466-34-7015 ●10時～18時・祝日のみ休み ●P有り ●ATM2台有り ●http://www.shizuokachuo-bank.co.jp/

むらまつ歯科クリニック

患者さんのライフスタイルや価値観を踏まえ、信頼関係を築きつつ治療に取り組む方針で、この5月に1周年を迎えた。簡易スロープを備えた院内は、広々とした治療ブースに車いすやベビーカーで直接乗り入れが可能。キッズスペースもあり、保育士経験を持つスタッフが対応

東海岸支店 発

むら MURAMATSU DENTAL CLINIC

○～15:00～18:00

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

9:30～13:00 ● ● ● ● ● ● ●

15:00～20:00 ● ● ● ● ● ● ●



●茅ヶ崎市幸町6-16 キャロルマンション1F ●TEL 0467-50-0765 ●日曜・祝日定休 ●URL: http://mu-dc.jp ●P3台 ●キッズスペース有り ●訪問診療有り ●車いす対応 OK!

ティーズ・ハウジング 株式会社

辻堂駅北口からサーファー通りへ移転OPEN  
海好き必見! 海側物件専門店  
ご自身も「海に憧れ、サーフィンをするために横浜市から湘南に移り住んだ」という中川淳社長。「自分と同じように、海への憧れから定住先に湘南を考える人、海側に住み替えを考えている人の役に立ちたい」という思いから、鎌倉・茅ヶ崎エリアの海側物件に特化した。また、一昨年から、力

Move!

▲ホームページは親切なカテゴリー分けで検索もカンタン!

▶同店プロデュースのサーファーズハウスは必見! 最新の住まいに出会えます。

http://www.tsujidou.com/



●藤沢市辻堂東海岸4-2-18 ●TEL 0466-34-2221 ●10時～19時 ●水曜定休 ●有料P有り (辻堂海浜公園駐車場へ駐車券をお持ちください)

C. 水の代わりにビールを使う。などの方法で試してみてください。いずれもカラッとサクサクに揚がると思いますよ。

(茅 新栄町T様)

■春野菜料理

●フキノトウをみじん切りにしてごま油で炒め、甘味噌を加えて混ぜる。春の箸休めとしてぴったりです。

(茅 茅ヶ崎K様)

■ホームベーカリー活用術

●新玉ネギ、新ジャガ、春キャベツ、レタス、スナッパ、おいしい春野菜がどんどん出ていますね。早速、A.「新玉ネギの千切り」(玉ネギ1個、酢1/2カップ、砂糖大匙3、塩&カレー粉各小匙1/2)を作り、今はB.「スナッパえんどうのマヨネーズ炒め」、C.「アスパラとスモークサーモン(生ハムでもおいしい)のサラダ」にハマっているところ

です。

(茅 辻堂新町K様)

●フライパンに春キャベツのざく切りを敷き、洗ったアサリを加えて酒(大匙1)を振りかけ、蓋をして蒸すだけ(3分位)。

(綾綾西S様)

●普通に食パンを焼く以外、ピザや中華まん生地作りにも使います。生地ができるまで小一時間あるので、ピザならトッピングの材料を切ったり、中華まんなら中の具材の支度ができます。

(茅 辻堂元町W様)

●タイマーをかければ、朝焼き立ての香りで部屋中が包まれます。ピザ生地やベーグルなどいろいろなレシピを試していますが、おいしいし、材料がわかつているので安心です。

(茅 松浪K様)

●最近のホームベーカリーはとてもおいしくできるので、パンを買ったことがあります。強力粉を少なめにして普通のご飯を加えると、もっちりおいしい「ご飯パン」ができます。レシピは、強力粉200g+ご飯100g+水130ccを、お茶漬けのように先に水に漬けてからベーカリーへ。砂糖大匙2、塩(小匙1)、バター(10g)・ドライイースト(小匙1)を加え、食パンコースで焼く。もっちりさせたい時は、強力粉175gに対してご飯160g



季節だより

●10年位前に観光で訪れた茅ヶ崎。あの頃「こんな街に住めたらいいね」と、主人と語っていたのが現実となる日が来るなんて…。昔も今も、鉄砲通りと海沿いの134号を走るのがとても好き。この先何十年もこの街が変わらずにいてくれることを願っています。

(茅 美佳町O様)



教えて下さい

●「豚肉」「鶏肉」の簡単なお料理。(茅 辻堂元町I様)

●食材の優等生「モヤシ」のレシピ。(茅 堤P様)

●夏に向け、家庭でできる省エネ対策や、クーラーや扇風機を使わなくても涼しくなる方法。(茅 浜之郷T様、茅 石川M様)

※お答えがない場合もありますので、ご了承ください。

「心の豊かな時代に戻そう」

“足るを知る”ことがなければ我欲に走り、何処まで行っても心は満たされない。バブル期以降の日本人は明らかに物や情報に支配されてしまっている。大の大人が情報を取捨選択する力がない。東京オリンピック以前

の日本人なら、アイデンティティーとか個の確立なんて言わなくても、自分とは自分、人は人と思っ

中井康葦