

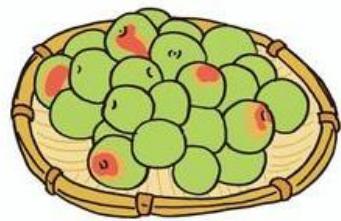
ながた整体院便り 2024年 6月号

6月になりました。

季節的には梅雨に入る時期ですが
天気も気温も変化が大きな時期です。
体調をくずさないように睡眠、栄養に気を付けて
なるべく体を動かすようにして行きましょう。

当院は一人ひとりのお客様に真剣に対応させていただくため、
完全予約制とさせて頂いております。
ご予約はお電話にてお願ひいたします！

ながた整体院
愛知県長久手市香桶1420番地 院長 永田淳士
TEL : 0561-63-2335
HP : <http://www.nagata-seitai.com>



日本全国紙旅

愛知県 あま市

ビストロ ドゥマン
独創南フランス
アットホームな
家庭料理

ゆ、ソ
味あう
楽しむ

2010年 あま市歴史民俗資料館
甚目寺町を中心とした
歴史がよくわかる!
神輿のレプリカがステキ!!

TEL 052-443-0145

TEL 052-445-3888

照り焼きチキン×じゅがマヨ

材料

- ・とりむね肉 … 1枚
- ・新じゅが … 3個
- ★マヨネーズ … 大1
- ★さとう・酒 … 各小2
- ★みりん … 大2
- ★とりガラス-ペの素 … 小1/2
- ★さとう・酒 … 各大1
- ★しょうゆ … 大1と1/2
- 片栗粉 … 大3

1 とりむね肉はフォークで全体を刺し、1cm幅くらいの削りきり切りにしたら、ボウルに★を入れて15分程おく。その間に一口大に切ったじゅがをレンジ600W4分チン!!

2 1の肉に片栗粉を入れまじい、別容器に★を合わせておく。

3 肉を油多めのフライパンで焼き目がつくくらい焼き、★を入れて、じゅがもを入れていためたら完成!!

「**知ってる??**」【パンって何語?】

「戦国時代」にポルトガルから来日した宣教師達が、カステラと一緒にパンを食料として持ち込んでいたとのことで、ポルトガル語でパンは“Pão”(パオ)というそうです。この音から、日本では“パン”と呼ぶようになりました。

なぞ? ? ? Q パットはペットでも音を出す金属のパットってなあへんだ!!?

Ⓐ レシピのところにあるよ~! 写真