

～メンマを使ったレシピ～

峠の森保全の会のメンバーさまより、メンマを使ったレシピを教えてくださいましたのでご紹介させていただきます！

メンマの食感を味わう！万能！メンマ鶏そぼろ



- 材料**
- ・メンマ（塩抜きしたもの） 150g（2～3mm角切り）
 - ・鶏ひき肉 150g
 - ・ごま油 小2
 - ・醤油 大1
 - ・酒 大1
 - ・砂糖 小3
 - ・みりん 小2
 - ・オイスターソース 小2
 - ・生姜汁（好みで） 小1/2

*鶏ひき肉なしの場合は鶏がらスープの素小+水50cc

作り方

- ①ごま油を熱し、メンマを炒め、ひき肉を加えて更にポロポロになるまで炒める。
- ②火を止めて、調味料をすべて加え、再び中火に火をかけて炒め合わせる。
- ③好みに生姜の絞り汁を加えても良い。

そのままでもおいしいメンマ鶏そぼろ。そんなメンマ鶏そぼろですが、お寿司に混ぜても、チャーハンに混ぜても、だし巻き卵に入れてもよりおいしくなる優れモノ！

お問い合わせはこちら

峠の森保全の会 田崎さま 090-1169-5157

メンマを作ろうと思ったきっかけ は、竹をどうにか有効活用できないか、と思ったことだったそう。竹の数が多いと竹林整備の為に伐採や処分を余儀なくされます。そのままだと勿体ないと思っていたところ、竹が成長する前段階のタケノコをメンマにして竹林を守っている活動を知り、保全の会のメンバーでそれを学びに行かれたそうです。

試行錯誤を重ね、ついに製品化。いまでは、ひろしま朝市などで販売されたり、ラーメン屋「平の家」さんへ卸したりと地域活性化に貢献しています。

保全の会のメンバー



メンマには 幼竹を使います。1～2mほどの幼竹の皮をむき数cmごとに切って茹でた後、塩漬けにし、約1ヶ月熟成させたらメンマの出来上がり！調理に使うときは塩抜きして使ってくださいね。

※今回紹介したメンマはユアーズ 三筋店や、農彩館 五日市ファーマーズマーケットなどでもお買い求め頂けます。

ちょこっと知識

キッチンシンクの選び方

毎日の使用頻度が高いキッチンのシンク。なるべく使いやすいものを選びたいですね。そこで、キッチンシンクについて詳しくご紹介します！

○キッチンシンクに使われる主な素材

▽ステンレス

耐熱性や耐久性、耐摩擦性につぐれており、汚れや錆にも強い。柔軟性に優れているため食器等を落としても比較的割れにくい。

▽人工大理石

天然の大理石を粉砕して樹脂やセメントで固めて作られたもの。天然の大理石のような美しさと、天然の大理石よりも入手・加工しやすい。高級感を求める方におすすめ。

▽人工大理石

熱に強い樹脂を加工して大理石のような素材。カラーバリエーションが豊富でお手入れがしやすい。

▽ホーロー

鉄やアルミの上にガラス質の釉薬を高温で焼き付けた素材。金属とガラス両方の性質を合わせもつ。水分・湿気・熱に優れ、傷がつきにくい。



○シンクと排水口の耐用年数に注意する

シンクの耐用年数は15～20年程度といわれていますが、日々の使い方、使う頻度、お手入れの方法などで耐用年数は変わります。日々のお手入れで、可能な限り長く品質を維持することを意識しましょう。

お庭にGoto 2023春 キャンペーン

抽選で商品券が当たる！

抽選にハズレても電子ギフトがもらえる

詳しくはキャンペーンサイトへ

2023年 3月20日(月)～6月20日(火) ご契約分



対象商品ご契約で、商品券が当たる！
抽選にハズレても、もれなく電子ギフトがもらえる！
※対象商品ご契約・申請が必要です。

対象商品

※1現場各商品1申請に限りです。

ガーデンルーム	デッキ	プラスG
ガーデンルーム GP	デッキOC	デッキDS
ジーマ	庭園露天テラス木製	庭園露天テラス
		プラスG HANARE

ユニットバスをお考えの方に朗報!!

壁パネル 無料アップグレード キャンペーン!

最大14万円お得なキャンペーン

2023年 5月1日[月]～ 9月30日[土]

対象商品: システムバスルーム スパージュ/リデア (リフォームのお客さま限定)

キャンペーンサイトはこちら



スタッフ紹介

この4月に新しい仲間が加わりました。主にリフォームの工事を担当します。今は公共工事とリフォーム工事の現場を先輩とともにまわり、仕事を覚えている日々です。皆様とお会いすることも多いと思いますので気軽に話しかけてください！



NEW

三好 翔太

(みよし しょうた)

一言：学生を卒業したてでわからないことだらけですが、土木もリフォームも精一杯頑張ります。



何事も経験！ということで初めての網戸張替え。

試行錯誤しながら、張り替えることができました。

今からたくさんのお話を学び、経験を積んで、成長していくのがとても楽しみです。

【やってみた感想】

もう少しきれいに張ることが出来たらよかったと思いつつ初めてにはがんばりました！次張り替えるときはもっときれいに張りたいと思います。



(〒744) 峠: 0 (>4) 峠: 0 5番

LIXIL リフォームショップ ドプロ

お問合せ先 お住まいのこと、何でもご相談ください！

〒739-0443 広島県廿日市市沖塩屋2-10-6

営業時間: 8:00～17:00(第2・4土曜、日曜、祝休)

http://www.dopclifa.co.jp E-mail kaiteki@dopclifa.co.jp

HP Instagram



0120-37-7034



インスタもやってます