

ほのほの

HONO HONO

2023
冬
No.82

Topics

- わが家のオススメレシピ
ウクライナの定番朝ごはん シルニキ
- おすすめお店紹介
居酒屋 迪さん
- フラムタイム
グリルでトースト

あなたとともに、未来へ—— 編集・発行 上野ガス株式会社
上野都市ガス株式会社
TEL 0595-21-3611
https://www.ueno-gas.co.jp

2022リフォーム&
ガス展

ご来場
ありがとうございました!

今年のガス展は昨年同様のロングラン開催に加え、3年ぶりにイベント会場を設けたりリアルガス展を開催させていただきました。ガス展記念品の交換をはじめ、ガス機器・住設機器のご検討やイベントを楽しみに多くのお客様に会場にお越しいただきました。心よりお礼申し上げます。これからも皆様に快適な暮らしをお届けするため、さらなるサービスの向上に努めてまいりますので、今後ともご愛顧を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



わが家の
オススメ
レシピ

外はカリッと、中はふわトロのパンケーキ ウクライナの定番朝ごはん シルニキ



昨年3月、ウクライナから郷里の伊賀市に戻った浅井絵利香さん。もともとウクライナ人のご主人と大阪にお住まいでしたが、キーウで一人暮らしのご主人のお母さんを気遣い、一昨年3月に家族でキーウへ。ところが一年足らずでロシアの侵攻が始まり、幼いお子さん二人の安全を最優先して、ご主人とお母さんを残して伊賀に避難することを決意。伊賀ではウクライナ料理のレシピカードを発行し、売り上げをウクライナ国内にいる避難民の食糧支援に役立てるなどの活動をつづけており、それを通して伊賀の人たちの温かさに支えられているのを感じているそうです。毎日連絡を取り合っているというご主人は翻訳家で、ウクライナ空軍のエースパイロットの話をもとにした日本の漫画「キエフの幽霊」のウクライナでの出版に携わり、ベストセラーになったそうです。今回は浅井さんから、ウクライナの定番の朝食「シルニキ」を手ほどきしていただきます。ご主人のお母さんから教わったという家庭の味。穀倉地帯として知られるウクライナですが、酪農もとても盛んだそうで、チーズをたっぷり使ったウクライナならではの料理です。「とても簡単にできますよ。そのままでもおいしいですが、蜂蜜やジャム、サワークリームをかけると最高!」とのことですので、好きなトッピングでウクライナのパンケーキを味わってみてください!

材料(4人分)

カッテージチーズ……………400g
卵……………1個
小麦粉(ウクライナは中力粉) ……大さじ7杯
※ほかに打ち粉用の小麦粉を用意
砂糖……………大さじ6杯
ひまわり油(サラダ油で代用) ……適量
飾りのフルーツ、粉砂糖、ミントなど…お好みで
蜂蜜、ジャム、サワークリームなど…お好みで

- 1 材料のカッテージチーズ、卵、小麦粉、砂糖をボウルに入れて混ぜる。
- 2 バット等に小麦粉(分量外)を打ち粉し、手のひら程の大きさの生地をスプーンで置く。(10~12個作れます。)
- 3 生地の上からも小麦粉(分量外)をまぶして、手で丸く形を整える。
- 4 多めの油をフライパンで熱し、生地を焼く。温度は160℃くらいの中火で。
- 5 両面がこんがりきつね色になれば出来上がり。



Point! ・フライパンの表面が隠れるくらいの油で両面をきつね色になるまで焼くと、外はカリッと中はふわトロ食感になります。
・カッテージチーズは通常タイプでも裏ごしタイプでもどちらでも大丈夫です。

わが家のオススメレシピ募集のお知らせ
ご自宅、またはフラムキッチンで料理の腕をふるってみませんか? 「ほのほの」では、皆様のオススメの一皿を募集しております! 自薦他薦は問いません。掲載させていただいた方には謝礼として商品券を進呈いたします。
■お問合せ先 〒518-0838 伊賀市上野茅町2668-1 上野ガスショールーム フラム「わが家のオススメレシピ」係
TEL 0595-26-6855 FAX 0595-26-6846

ウォーターサーバー OWNER'S VOICE

ミネラルウォーターの宅配サービス
water*net

ウォーターサーバーを置いたきっかけは、子どもがサッカークラブに入っていることでした。

平日3日の練習・土日は試合で、特に夏場は麦茶を沸かしても冷やすのが間に合わず、慌ててペットボトルを買いに行ったこともありました。

そこで、いつでも冷たい水や温かいお湯が出るウォーターサーバーを置くことにしました。台所が狭くて置けないので、考えた末にダイニングに設置しました。部屋に馴染むか心配でしたがインテリアにもすんなり溶け込みました。また、ダイニングテーブルからも近かったので、食事をしながら水を飲むことが出来て大正解でした。

私はどちらかといえばリビングよりもダイニングで読書をしたり音楽を聴いたりするので、すぐにコーヒーや白湯を飲めるところもお気に入り! 今では毎日の暮らしに欠かせないものになっています。

(中学生・高校生のお子様がいる4人家族のY様)



サーバー設置場所
ダイニング



ボトル保管場所
玄関から台所までの廊下

ウォーターサーバーで ホットほっと キャンペーン

1/31(火)まで



1週間無料でお試しできます

12ℓ 水ボトル + ウォーターサーバーレンタル料(1週間) = 0円

※無料!