

簡単！  
おいしい☆

# Cooking

## レシピ

豚軟骨のレモンパッパ-ガーリック焼き



### 材料 (2人分)

- |               |             |
|---------------|-------------|
| 豚軟骨・・・250g    | レモン汁・・・1/2個 |
| ネギ(青い部分)・・・適量 | にんにく・・・1片   |
| にんにく・・・適量     | 塩・コショウ・・・適量 |
| 生姜・・・適量       |             |
| 酒・・・大さじ3      |             |



### 作りかた

豚軟骨とネギ、にんにく、生姜、酒を圧力鍋に入れ、お肉が浸かる程度の水を入れて軟骨が軟らかくなるまで圧力をかける。(鍋にもよりますが、沸騰して10～15分)圧力鍋が無い場合は普通に鍋で肉が軟らかくなるまで時間をかけて煮る。の材料を合わせる。にんにくはすり下ろして。塩コショウはたっぷりめの方がおいしいです。軟らかくなった軟骨をの液に浸ける。串などに刺して魚焼きグリルで軽く焦げ目がつくまで焼く。フライパンで焼いてもOK！軟骨を煮すぎるとトロトロになってしまうのでご注意ください！

## あなたの豆知識

～言葉の豆知識～

- ・「タヌキ寝入り」を英語で言うと「fox sleep(キツネ寝入り)」
- ・ウィルスの語源は、ラテン語の「毒」
- ・薬局を意味する「ファーマシー」の語源は「毒草使い」
- ・ムーディー(moody)という言葉は、日本以外で使うと「むっつり」という意味になるので注意！
- ・弁当は「食べる」ではなく、「使う」という表現がある。
- ・ウグイス嬢の男版はカラス男。
- ・親しい客、なじみの客に使うのが「おこしやす」で、初対面の客、一見さんに使うのが「おいでやす」

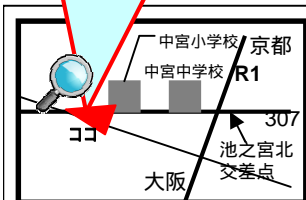


ホームページにどんどんアクセスしてください！

<http://www.arc-nakahara.co.jp>

新築・ナカハラ

検索



建築・設計・施工リフォーム  
(一級建築士事務所)  
建築・設計・工房

### 株式会社 ナカハラ

フリーダイヤル 0120-026-096  
枚方市中宮山戸町1-30 072-898-1338FAX072-898-1390

ほっと一息・・・



# ナカハラ通信

## 2011.03.20 Vol.49

このたびの東北地方太平洋沖地震により被害を受けられた被災地の皆様に、心からお見舞い申し上げます。私達も一企業として、少しでも被災地の皆様のお役に立てる様、微力ながら支援活動をさせて頂いております。そして、1日でも早く復興出来ます事を心より願っております。



3月に入っても雪が降ったりと、まだまだ春らしさを感じられませんが、ぼかぼか陽気はもうすぐそこまで来ていますね。春と言えば山菜！小さい頃、母に手を引かれて山菜採りに山へ連れて行ってもらっていたのを思い出します。今はスーパーなどでも春の山菜が売られています。春の山菜、野菜には独特の苦味があります。苦味成分には、抗酸化作用のあるポリフェノールや、新陳代謝を促進する作用が含まれています。紫外線が多くなる春、新鮮な山菜や、春野菜を時期を逃さず食べたいところです。何しろ、春を感じるし、美味しい！

## ♪山菜の効果と調理法♪

【ウド】疲労回復に効果的なアスパラギン酸、肝臓に脂肪がたまるのを防ぐコリンを含有。  
【タラの芽】たらの木の芽のこと。たんぱく質、脂質を多く含み、比較的アクが弱い山菜。  
【ごごみ】ミネラルが豊富。  
【行者にんにく】にんにく臭がする。スタミナがつくとされる。焼肉によく合う。  
山菜は沸騰したお湯に塩をひとつまみ入れて茹でる。ゆで加減はお好みで・・・天ぷらの場合は洗ってそのまま衣を付けて揚げるだけ 簡単ですよ！！  
山菜全般に合う酢みその作りかた

鍋に白みそ大さじ3、酢大さじ1.5、砂糖大さじ1、酒大さじ1、みりん大さじ1を入れ、みそを溶きのばす。弱火にかけ木べらでかきまぜる。味見していいと思ったら火を止めてできあがりです。難しそうで結構簡単な山菜料理。初めての方もチャレンジしてみてください？

# before → after

今回のBeforeAfterは木造2階建て(1階部分店舗)をワンルームのコーポに改装しました。1階・2階にそれぞれ一部屋ずつですが、日当たりも良く、お施主様も大満足の改装工事です。



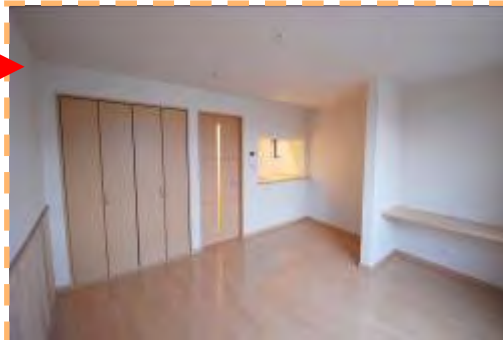
外壁は波板張りからサイディングに変更  
アクセントカラーと木格子で新築並です



1階店舗部分が洋室に変更。ベランダを設置して出入口は別の場所へ移動しました。外部からの視線も気になりませんね



2階もご覧の通り！劇的な変身です！！  
2部屋とも、トイレ・浴室セパレートで  
キッチン安全なIHです。ここから新しい  
生活をスタートさせる方には嬉しい  
物件ですね



# 藤阪元町分譲



1階平面配置図

人気の藤阪小学校区  
杉中学校区に分譲中  
の物件です。現状更  
地の為、お好みのプ  
ランで建築可能

2階平面図



用途地域：  
第一種中高層住居専用地域  
敷地面積：120.80㎡ (36.54坪)  
J R学研都市線「藤阪」駅より  
徒歩9分

## 倉ちゃんの 工程日記



今回は屋上の水張り試験の現場です。一般の方は  
滅多に見ることのない作業ですね

水張り試験とは、防水工事を行ったあとで水が漏らないかどうか確かめるために、防水施工した高さまで48時間にわたって実際に水をためて行う試験です。階下が部屋だったりすると、絶対に水漏れは許されないため、慎重を期して水張り試験を行います。とくに、アスファルト防水の場合には、かならず水張り試験を行います。実は今回の試験中かなり冷え込んだ為、様子を見に行くと水が凍ってしまっていました( ^\_^ ) 勿論試験結果は漏水無し！合格でした



工事中