

簡単！  
おいしい☆

# Cooking

## レシピ

こどもの日は手作り柏餅



材料 (6個分)

- 上新粉・・・150g
- 白玉粉・・・50g
- 砂糖・・・30g
- 塩・・・1g
- 水・・・200cc
- あんこ・・・200g
- 柏の葉・・・6枚



作りかた

柏の葉は熱湯にくぐらせてキッチンペーパーで水気を切っておきます。耐熱容器に上新粉と白玉粉、砂糖、塩、水を入れてよくこねる。出来たら電子レンジで2分加熱。軽く混ぜてもう一度電子レンジで2分加熱。2を分量外の水を入れながら耳たぶの柔らかさになるまで練ります。あんこを6等分にします。分けた生地を大きく伸ばしてあんこを乗せ、生地を閉じ、手に水を付けてキレイに丸めます。蒸し器で強火で5分蒸し、出来たら冷ましてから柏の葉でくるんで出来上がり

### みんなの豆知識

花粉症に効果があるといわれる食材

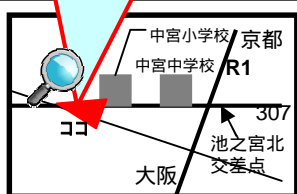
【しそ】しそは野菜の中でも食卓に頻繁には登場しないので、しそだけを沢山食べるのは大変ですから、しそエキスを上手に利用しましょう。鼻づまりなどに効果的で炎症をやわらげるそうです。家庭でも栽培が簡単ですので、自家製のしそを作ってみては？  
【緑茶】緑茶の抗アレルギー成分はお馴染みのカテキンです。花粉症をはじめ、アレルギー性疾患にも効果的です。緑茶のカテキンは吸収が早いのが特徴です。  
【甜茶(バラ科)】(てんちゃ)甜茶は中国南部から広がったお茶ですが、最近になってバラ科の甜茶のみに抗アレルギー成分が含まれていることが注目されています。肥満細胞からのヒスタミンの放出を抑制したり、鼻水や目のかゆみを防ぐようです。1日2杯程度のむとOK。

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1-30 072-898-1338 FAX 072-898-1390

ほっと一息・・・



# ナカハラ通信

2011.04.20 Vol.50

こんにちは！！

日増しに暖かくなって来ましたね  
花見のシーズンは終わりに近づいてきましたが、まだまだ休日は桜の木の下が賑やかです。

㈱ナカハラも先日お向かいの中宮小学校さんの桜を眺めながらお花見バーベキューをしました現場の皆が帰ってきてからだったので、結局「夜桜」になってしまいました(^\_^)とは言っても、食べ盛り(?)の男子諸君！桜など目に入らずお肉に集中！！(笑)



少し肌寒い日でしたが、子供達も集まって賑やかに過ごせました。

ナカハラのバーベキューはいつも社長が焼き係りなのです(^\_^)v  
将来の夢は「焼き鳥屋の大将」だそうです。

もし本当に開店したら、皆さん是非食べに行ってあげて下さいね！！(笑)



そして先日・・・  
わが家のプランターで「いちご」の花が咲いているのを見付けました。実はこのいちご、ナカハラの事務所で3年前に育てていたのですが、室内では上手く育たず、葉っぱが枯れてしまって根っこだけになってしまいました。諦めずに家に持って帰りプランターに植え替えて育ててみるとそれから毎年可愛い果実をつけてくれる様になりました。近所の子供たちが集まってきて「すっぱいけど美味しい勝手に取って食べてるよ！」と・・・知らなかった(T\_T)



今年も子供達の為に赤い実をつけてあげてね



# before → after

今回のbefore → afterは  
枚方市楠葉朝日3丁目1-10  
山本歯科様です♪



今回はあえてbeforeは載せていません。  
内外部を全面改装し、趣味のお店が  
歯科診療所に変身しました



院長先生と奥様の副院長先生がそれぞれ専門の  
分野で治療が出来る様、別々の治療室が設け  
られています。天井にはテレビが設置されており、  
小さなお子様でもリラックスして治療を受け  
られる様に配慮されています。  
副院長先生は日本小児歯科認定医です。

ホームページも是非ご覧下さいね

<http://4181-yamamoto.com>

## ユニバーサルホーム 枚方店 春の新生活応援キャンペーン

4/16(土)4/17(日) 4/23(土)4/24(日)

場所:枚方市香里ヶ丘12丁目16-5  
時間:AM10:00~PM18:00



皆様にお得な情報が盛りだくさん!!  
今回限りの特典も満載!!  
もちろん、ご来場の皆様  
には素敵な記念品もご用意  
致しております。  
是非、ご家族皆様でご来場  
下さい



新商品  
発表

倉ちゃんの

## 工程日記



今回は、JR東海、鳥飼基地での作業現場をご紹介します。  
作業場の真横が新幹線の車両基地という特殊な環境で仕事をさせて頂きました。  
左にアップで写っているのは、この日に運ばれてきた新型車両です。  
私もあまり知りませんでしたが、新幹線のN700系新型車両は、夜中に2両ずつ  
(1両25m)一般道を通って来るんです。

それを8日間かけて運搬し、ここ鳥飼基地で連結していきます。

今回の仕事で、何と3台の新型車両が入ってきました。

1台45億円程度するらしいので、3台で合計135億円・・・怖くて仕事が進みません  
(^\_^)(汗)



新幹線好きの子供が見たら  
大喜びする事は間違いありませんね

