

# COOKING Recipe

おかず編

## 【牛肉と小松菜のおろしのっけ盛り】

### 【材料（4人分）】

牛肉（豚肉でも可）	250～300g
小松菜	1束
大根おろし	適量
ネギ	適量
塩コショウ	適量
ポン酢	適量



小松菜のシャキシャキ感  
は残しておくように！

### 【作り方】

- ①小松菜は洗って根を切り、4等分にする
- ②大根の皮を剥いて大根をすり下ろし、大根おろしを作る
- ③フライパンに油を引き、牛肉を炒める
- ④牛肉に火が通ったら、小松菜を入れて炒める
- ⑤小松菜がしんなりしたら塩コショウをしてサッと炒める
- ⑥お皿に牛肉と小松菜を盛り付け、大根おろしを乗せネギを散らす
- ⑦仕上げにポン酢をかけたら完成！



ホームページにどんどん更新してください！

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

株式会社ナカハラ 枚方 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

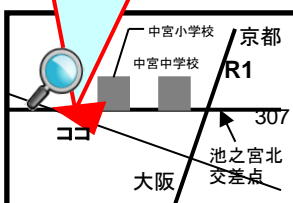
株式会社 ナカハラ

フリーダイヤル



0120-026-096

枚方市中宮山戸町1-30 TEL072-898-1338 FAX072-898-1390



# ナカハラ

2014.7.20

Vol. 90 通信

## THE LATEST NEWS

今年も暑い夏がやって来ました！これから海やプールに行く方が増えてくるのではないのでしょうか！？私は焼けたくないので、できるだけ日に浴びないように心がけています(笑)ですが、去年は海に行けなかったので今年こそは行きたいです(´ω´)！

さて、夏といえば大きなイベント「花火大会」が各地で行われます！そこで、みなさんと一緒に花火大会のイベントを予習して、夏の思い出を沢山作りたいと思います！！

### 今年も最高の夏の思い出を作ろう。

2014年度花火大会（関西地区）  
のスケジュールを一部ご紹介！  
家族と、友人と、恋人と・・・  
最高の思い出をみなさんで作らしましょう！！

（詳しくは裏面へ）

### ANOTHER TOPIC

- ✓【Cooking Recipe】  
暑い日にオススメ簡単レシピ！！
- ✓【オススメSHOP】  
意外と知られていない噂のお店に潜入！
- ✓【川ちゃんの工程日記】  
特殊な窓をご紹介します！！

【前回のクイズの答え】

答：古い屋さん  
（おもてだけ⇒表だけ⇒裏がない⇒裏ない⇒古い）

分かれるとイラッとしちゃう??

### プチクイズ!!

問：次の□に当てはまるモノを入れてください。

- ① OT□F□SSE□T（英語だよ！）
  - ② AE□T□H（こうやって書く人もいる?）
  - ③ ○○□□○○□□（□）□□
- ※◎は記号です！（この形どこかで・・・）

（クイズの答えはHPで！！）

# 2014年花火大会（関西地区）

7月～8月に行われる**大人気花火大会（関西地区）**の一部をご紹介します！  
 大人気なだけに人も多いとは思いますが、きっと**素敵な夏の思い出**が作れるはずですよ！！  
 是非足を運んで自分の目で見てみましょう(\*´▽`)/！！  
 写真は参考として載せています(去年に行われた際の写真)。また、詳細はHPにあるので、  
 「他の花火大会が気になる！」「関西以外には？」という方は見てみましょう！！  
 (花火大会HP：<http://hanabi.walkerplus.com/>)



## 【第44回みなとこうべ海上花火大会】

関西の花火大会ランキング**第1位**！！  
 兵庫県神戸市の夜景をバックに、  
**約1万発**の花火を打ち上げます  
 開催日時：8月2日(土) (19:30～20:30)  
 開催場所：神戸港(新湾突堤沖海上)  
 駐車場：無し  
 小雨決行(荒天時は中止)

## 【第26回なにわ淀川花火大会】

今や**大阪の夏の風物詩**として大人気！  
 100分の1秒で打ち上がる「**花火の掛け合い**」  
 8号玉10発一斉打ちで始まる「**音楽シンクロ花火**」は必見！！  
 開催日時：8月9日(土) (19:50～20:40)  
 開催場所：新御堂筋淀川鉄橋から下流  
 国道2号線までの淀川河川敷  
 駐車場：無し  
 小雨決行(荒天時は8月10日(日)に延期)



## 【第54回宇治川花火大会】

「**源氏ろまん**」をテーマに、**茶式部にちなんだ茶**が  
 基準の花火をはじめ、スターメインなど、  
**風雅な花火**が目白押し！  
 開催日時：8月11日(月) (19:45～20:45)  
 開催場所：府立宇治公園中の島、宇治川畔一帯  
 駐車場：無し  
 荒天時は8月14日(木)に延期



## オススメ SHOP



**【プチ豆知識】**  
 かき氷のシロップは、着色料と香料を  
 除けば**全部同じ味**だそうです！  
 赤や青の鮮やかな色や甘い香りが、  
 脳にそう感じさせているんだとか・・・

今回は枚方にある、とても美味しいと評判のかき氷屋さん「**凍氷**」に  
 足を運んできました！！夏になると行列が出来るくらいに、  
 一足早く行ってきました(笑)ですが、平日であるにもかかわらず、既にたくさん  
 のお客様でいっぱいでした！！**400円前後**で食べることが出来ます、とても  
 量が多いので、一人で食べるのは少し大変でした(´Д`)



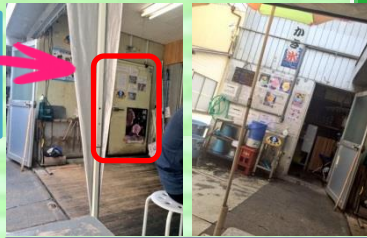
ピオルネ付近にある  
 こちらの商店街を  
 まっすぐ歩いていくと  
 お店が見えてきます！

TEL:072-841-2237  
 営業時間:8:00～18:00(L.O.17:30)  
 〒573-0051 大阪府枚方市三矢町4-1  
 京阪本線「枚方市駅」から徒歩8分  
 「枚方公園駅」から徒歩10分

ここから氷を出します！  
 扉を開けると一気に冷たい  
 空気が足元に来るので、  
 とても涼しいです(´▽`\*)



今回私が食べたのは、  
**【いちごのかき氷+Wミルク】**  
 (400円)です！ふわふわで  
 とても美味しかったです！



他にもいろんな味のかき氷が  
 あるので、みなさんも是非足を  
 運んでみてはいかがでしょうか！



## 川ちゃんの

# 工程日記



今回はあまり見られない**特殊な窓**をご紹介します♪

## 【トレ-キャ7°窓】



内倒しの時      内開きの時

一般的な内倒し窓に清掃を可能にした商品です。  
 特殊な構造のためあまり商品化されておらず防火性  
 を求められている地域などでは現段階ではありません  
 使い勝手もよく雨仕舞いも良いのでもっと色々出て  
 ほしいですね(\*´ー´)

