

あすともす通信

こんにちは！

あすともす通信です♪

この時期、「神渡し」と呼ばれる西風が吹きます。
旧暦の10月に、全国の八百万の神々が出雲へ集まり、
神事が話し合われるという言い伝えがあります。

その時に、神々を送るために吹く風のことを
「神様を渡らせる風」すなわち「神渡し」と
呼ぶそうです。



今月号のご案内

○簡単料理レシピ&今月の野菜&便利BOX

○衣食住遊「～ キッチンリフォーム おうち時間を楽しもう ～」

 アストモスリテイリング株式会社

ホームページも是非、チェック！



アストモスリテイリング

検索

料理レシピ「簡単！料理」

秋の味覚きのこを市販パイシートでお手軽にキッシュ



「きのこのキッシュ」

【材料】 (20cmのキッシュ型1個分)

お好みのきのこ：1パック、生しいたけ：3～4枚
ベーコン：5枚、冷凍パイシート：2枚、卵：2コ
生クリーム：50cc、牛乳：50cc、ピザ用チーズ：70g
バター：大さじ1、小麦粉：適量、塩・こしょう：少々

【作り方】

- ① ボウルに卵と生クリーム、牛乳を混ぜて塩・こしょうしておく。きのこ類は汚れを落として石づきを取り、薄切りに。ベーコンは1cmほどに切る。冷凍パイシートは常温で半解凍にする。
- ② フライパンにバター小さじ2を熱し、中火でベーコン、きのこの順に炒め、皿に取り冷ます。
- ③ パイシートを2枚重ね、小麦粉で打ち粉をしながら伸ばす。キッシュ型に、柔らかくしたバター小さじ1を塗り、パイシートをしっかりと押しつけながら敷く。ふちの余分な生地を切り取り、底にフォークで10～20個穴を開ける。
- ④ ③にクッキングシートを敷き、重石(皿など)をのせて180℃のオーブンで15分空焼きする。
- ⑤ ①のボウルに②を加え、よく混ぜて④に流し入れる。全体にチーズをのせ、180℃に予熱したオーブンで20～25分焼きます。

出来上がり♪

今月の野菜 & くだもの



かりん

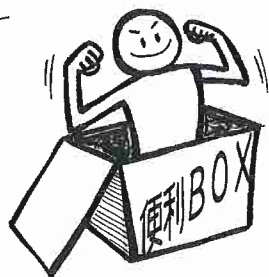
かりんは中国原産のバラ科の落葉樹の果実で、古くから薬用として用いられています。かりんは果物ですが、果実が硬く、味も渋いため、生で食することはできません。香りがよいので、加工してジャムやかりん酒などにして味わいます。

旬：10月～12月

選び方：全体が明るい黄色に色づいているもの。表面がすべすべして艶があり、傷がないもの、ずっしりと重みがあるものを選びましょう。

保存方法：新聞紙などに包んで冷暗所で保管しましょう。

咳止めに効果があるアミグダリンという薬用成分を含んでいます。



今月は当社から、便利なアプリをご紹介します。
アストモス公式アプリをご存知ですか？
アプリでは、当社サービスのご紹介、各地域の営業所からのお知らせや料理レシピ、その他暮らしに役立つ多様な情報を配信中です！



是非ダウンロードをしてご利用ください。
日々の生活に役立つ情報やお料理メニューなどは、あすともす通信でもご紹介します！

アストモス公式アプリをリリースしました！
暮らしに役立つお得情報を発信中！

ダウンロードはこちらから→



献立にお困りの皆さんへ



鶏肉とれんこんの炒め



冷やし白玉



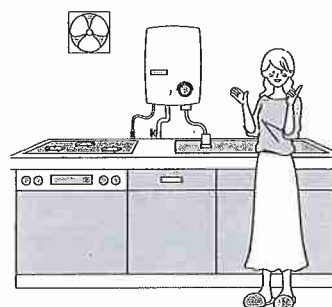
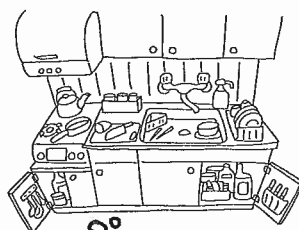
↑ 毎月美味しいレシピ追加中！是非お試しください！

～ キッチンリフォーム おうち時間を楽しもう ～

おうちにいる時間を活かして家で料理をする機会が増えたという方が多くなっています。もっと調理が楽しめる快適な暮らしのために、キッチンのリフォームを考えてみませんか？そこで今回は、キッチンリフォームについて調べてみました。

今のキッチンの不満点はどこですか？

- ガスコンロなどの設備が古い。
- 動線が悪くて動きにくい。
- 収納が足りない。
- 自分の体格と合わない。
- 狭くて圧迫感がある。・・・など



理想のキッチンとは？

どんなキッチンにしたいか？をイメージしてみましょう。

次に、「費用」「ほしい設備」「動線の工夫」「最新・高機能設備の導入」「デザイン性の高さ」などから、優先順位を決めておきましょう。

キッチンには、たくさんのスタイルがあります。

会話が楽しい

家族の様子がわかる「対面キッチン」

キッチンにいながら、ダイニングやリビングの様子が見えるのが

「対面キッチン」。開放的で家族とコミュニケーションが取りやすく、来客が多いご家庭にもぴったりです。代表的なものとしては、こんな種類があります。

- アイランド：キッチンと壁が離れ、「島」のようになっている。
- ペニンシュラ：左右どちらかが壁についていて「半島」のようになっている。
- セミオープン：キッチンの前にカウンターを設けるなど、対面から手元が見えない。
- セパレート型：シンクとコンロが分かれて、作業スペースが広い。

人気の高い対面キッチンですが、ニオイや煙がダイニングまで広がりやすく、人目につくのでいつも整理整頓が必要など、気をつけたい部分もあります。



調理に集中できる「壁向き・独立型キッチン」

これまで主流だった「壁向きのキッチン」や、他の部屋と扉だけでつながっている「独立型キッチン」は、調理に集中したい方などに使い勝手がいいスタイルです。

また、スペースの使い方にムダがなく、リビング・ダイニング部分を広く取れるメリットもあります。壁につける吊戸棚など、収納も確保しやすいでしょう。

独立型のキッチンはニオイや煙が出にくく、急な来客でも片付けなどであわてる必要がありません。仕切り扉をつければ、小さなお子さんやペットを刃物やコンロから遠ざけることができます。



キッチンには、さまざまな設計プランが立てられます。わが家にぴったりのキッチンづくりは、家族構成や使い勝手をしっかり考えて！給排水やガス・電気などの工事が必要になるため、知識と経験が豊富な当社にぜひ、ご相談ください！



☆今月の星占い☆

2021年10月15日～2021年11月14日まで

牡羊座 3/21-4/20 集中力が続かないと思うならスマホやテレビの電源をオフに。静かな環境で物事に没頭するもアリです。	牡牛座 4/21-5/21 孤独を感じて不安になる瞬間があります。マイナスに考えるのではなく、一人の時間を楽しむことが大切です。	双子座 5/22-6/21 小さなトラブルが頻発する可能性あり。ただし注意を怠らずしっかりと準備をすれば、ほぼ避けられます。	かに座 6/22-7/22 天気の良い週末には、窓を開け放って部屋の大掃除を。豆頭の中も整理され、最高のリフレッシュになります。
獅子座 7/23-8/22 久しぶりの旧友との再会に心が躍ります。事前に想像していたより、はるかに有意義な時間になるはず。	乙女座 8/23-9/23 諦めぞくになった時に、もうひと踏ん張り。粘り強く取り組むことで、不可能だったことが可能になるでしょう。	天秤座 9/24-10/23 コツコツと続けてきたことが「習慣」になったことを実感します。ここで満足することなく、さらに続けましょう。	さそり座 10/24-11/22 迷って時間を消費すればするほど損をします。直感に従って即決することで、必ず良い結果が得られます。
射手座 11/23-12/21 カキになるのは論理的な思考。うまくいかないとしたら状況を紙に書き出して整理するのがオススメです。	山羊座 12/22-1/20 素敵な未来を暗示させる出来事に遭遇します。理想を現実にするため、人生設計を見直ししてみは？	水瓶座 1/21-2/18 大切な人が落ち込んでいるときは優しく手を差し伸べて。あなたの言葉が相手を救うきっかけになります。	うお座 2/19-3/20 10月の末以降～運気の上昇に勢いが付きます。波に乗るように、やりたいことにチャレンジしてみ！

アンケートに答えていただいた方、全員にプレゼント！

今月のアンケートは・・・
 「リフォームを考える時、不安なところはどこですか？」
 例：費用、業者、期間、機能・・・等々

今月のプレゼントは・・・
 『エコバック』です。

数に限りがありますので、ご家族様一点までとさせていただきます。
 締切りは11/5(金)消印 まで有効です。

※プレゼントの発送には少しお時間を頂いております。ご了承下さい。

★今月のプレゼント★

折りたたみエコバック

必要な時にサッと広げて可愛い♡

折りたたみ時がキュート！
5種類の動物のエコバック

どの子がくるかは楽しみ♪

※写真はイメージです。
 サイズ：約340×620mm（持ち手含む）
 お届けは1種類、動物の種類は選べません。

個人情報の取扱について：
 読者の皆様から届いた応募ハガキなどは、より良いサービスの提供のために参考にさせていただいております。また、個人情報保護の観点から、鍵のかかるロッカーで厳重に保管しております。

編集後記・・・

我家は、キッチン、床暖房、トイレ、浴室など自社でリフォームを行ってきました。仕事柄、最新機種種を見る機会が多いため、「次はこんな感じにしたいなあ」と思うことがあります。夢はパニンシュラキッチン！最近では、キッチンといくより家具の一部のような素敵なものが多いです。ショールーム見学ご希望の方は、是非、ご連絡ください。(あ)