くらしと すまい 2014・3月号

3月です、まだまだ寒いですが少しづつ暖かな日が増えて来て20日過ぎには桜のたよりが届くようになります。もう少しの辛抱です。 またこの時期、風邪をひきやすいので気温の変化には的確に対応しましょう。

入社、入学を迎える方がおられるご家庭もあると思います。 4月から良いスタートがきれるよう準備をしておきましょう。 消費税が上がりどうなるか心配ですね、政府から増税対策も出てくると思いますので良く見極めてから行動を起こしましょう。

かんたん美味! やわらか青菜のニンニクソース



材料 (4人分)

- ・青菜(ホウレンソウ、コマツナなど)2束 (400グラム)
- ・ニンニク 1片(10グラム)
- ・赤トウガラシ1本
- ・ごま油大さじ2
- ・しょうゆ大さじ1

- 1. 青菜は長さ4~5センチに切ります。 ニンニクは粗みじん切りにします。 赤トウガラシは種をとり小口切りに。
 - 2. 大きめの鍋に湯を沸かし、青菜を 4~5分やわらかくなるまでゆでます。 ざるにとって軽く水気をきり器に盛る。
- 3. 別の小鍋にニンニク、赤トウガラシ ごま油を入れ、中火にかけます。 ニンニクの香りが出て、薄く色づい たら火を止め、しょうゆを加えます。 熱いうちに 2. にかけます。

冬はホウレンソウやコマツナなど、さまざまな青菜が旬を迎えます。値段も下がるので ついたくさん買ってしまいがち。しなびてしまう前に、おいしく、たっぷり食べましょう。 そこでおすすめなのが、この料理。いつもならそのままさっと加熱する程度の青菜を あらかじめ短く切り、あえてクタクタになるまでゆでるのが特徴です。するとのどごしがよくなり ゆでる前は驚くほど大量に見えた1人1/2束分の青菜もペロリと食べられます。また熱した ニンニクソースを上からかけるのもおいしさのポイント。ニンニクとごま油の香りがジュワーッと 立ちのぼり、食欲をそそります。

若いご夫婦の理想のお住まい! 2棟同時の完成現場見学会 (浜北区於呂)

3月22日(土)・23日(日) (近隣の方は21日(金)の朝刊チラシをご覧下さい) *K邸は22日(土)のみ

<u>両方の物件ともオール電化で若いお施主さまこだわりの明るく快適なお住まいです。</u>



K様 邸



お施主様ご希望の広~いリビング ここで過ごす時間が一番多くなります



120坪の敷地に約45坪の建物で余裕の住まい 次世代の断熱工法!発泡ウレタン吹き付け断熱で快適エコ住宅

現場での発泡施工で細かい部分の隙間を解消します。

家全体をすっぽり覆う新しい断熱工法です。無数の細かい連続気泡で構成 された硬質ウレタンフォームはグラスウール10Kの1.5倍以上の断熱効果を 発揮します。防音効果も高くなり、透湿性も低く断熱材内部に湿気を侵入 させにくいため、躯体内の結露を抑制して、建物の耐久性を高めます。 また冷暖房費の大幅ダウンで経済的にも優れた断熱工法です。 (現場で高い効果を体験して見てください)

両方のお宅に採用しました



広々ダイニング



広い快適なトイレ



屋根に太陽光発電システム5.76KWを搭載

御主人こだわりの玄関ホール

*見学会のチラシをご希望の方は連絡頂ければ郵送いたします。

浜松住宅は、新築・増改築・ちょっとしたリフォームから 不動産のご相談まで、みなさまのお手伝いをさせて いただきます。何でも気軽にご相談ください。

浜松市北区初生町883-5 浜松住宅株式会社 電話053-436-2031 営業担当 河野 拓造 080-6968-1815

建設業 知事許可(一般)第1985号 一級建築士事務所 知事登録第5752号 不動産取引業 知事免許第3352号