

FUKU ふく
ふく
FUKUYO GAS Co. COMMUNICATION PRESS
FUKU
2022 September vol.181 秋の号

特集 ココがスゴい! ガス炊飯器

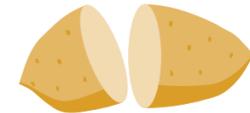
- 知っておきたい ガスのミニ知識
- お手軽ガス節約術
- お役立ちレシピ フクちゃん食堂
- 秋の味覚のペペロンチーノ風
- 福陽ガスのリフォーム情報
- ウッドタイルで気分も一新!

【表紙の写真】

実りの秋がやって来ましたが、さつまいも、きのこ、栗、柿、ぶどう……旬の味覚をたっぷり味わいながら食欲の秋を満喫しちゃいましょう!



さつまいもを切ると、その表面に白い液体が出てきます。これは「ヤラピン」という成分で、整腸作用があるといわれています。さつまいもにはお通じを改善する食物繊維も豊富なので、腸活にも良さそうです。また、ビタミンB₆・C・E、カルシウム等の栄養素や、皮の近くにはポリフェノールも含まれるので、皮も残さず食べるのが良いそうです。



日本ではフライドポテトといえませんが海外ではさつまいものフライドポテトもポピュラー。作り方は簡単です。①さつまいもを切って水にさらし、キッチンペーパーで水気を拭き取る。②フライパンに入れ、ひたひたの油を注ぐ。③カリッとすまで揚げ、仕上げに塩を振る。ぜひお試しください♪

さつまいもが甘い理由
さつまいもの主な成分である「でんぷん」。これが糖化する(糖質に変わる)ことで、さつまいもは甘くなります。糖化はゆっくりと進んでいくので、秋の収穫からある程度時間をおいた方が、より甘みが増すそうです。

さつまいもdeフライドポテト
日本ではフライドポテトといえませんが海外ではさつまいものフライドポテトもポピュラー。作り方は簡単です。①さつまいもを切って水にさらし、キッチンペーパーで水気を拭き取る。②フライパンに入れ、ひたひたの油を注ぐ。③カリッとすまで揚げ、仕上げに塩を振る。ぜひお試しください♪



美味しいさつまいもの見分け方
ポイントは4つです。
【形】レモンのようなふっくらとした丸みがある。
【表面】キズやデコボコが少なく、皮につやがある。
【色】表面の紅色が濃く鮮やか。
【蜜】切り口に黒い蜜の跡がある(「甘い」証拠)。

暮らしのたより
10月13日は「さつまいもの日」
甘くて美味しい さつまいもの話

年中味わえるさつまいもですが、本来の旬は秋から冬にかけて。あのホクホク甘い美味しさを、これからたっぷり楽しみましょう!

お便りひろば

ふ くふくは色々身近に知りたい事を書いてあるのを見ています。ありがたうございます。また、スタッフの皆様にはとても気持ちのいい対応をしていただき、ただただ感謝しております。これからもよろしくお願ひします。 須賀川市 A様

そ うめんの美味しい茹で方で、いつもびっくり水をに入れていました。色々勉強になります。ありがたうございます。 須賀川市 S様

ご参考 させていただき、お水を入れると、お湯の温度が急に下がって、麺に十分火が通らず茹で上がりの食感が悪くなるそうです。ふきこぼれそうな時は火力を弱めて調節してください。

FUKU² パズル

ヨコのカギを解いていくと、タテの太枠の中に、一つの単語が出来上がります。それが「答え」です。

ヒント 36年ぶりの続編映画が世界中で大ヒット

ヨコのカギ
① 夕焼〜け小焼〜の〇〇〇〇〇
② 角度が「90度」のことです
③ かぼちゃを英語で何と言う?
④ 助けた鶴がしてくれたのは?
⑤ だし汁でいただく松茸料理

①				
②				
③				
④				
⑤				

抽選で正解者5名様に **素敵な賞品プレゼント!!**

LPガスはライフパートナー! ラク家事 乾太くんキャンペーン!
2022年 9/1(土)~11/30(水)

期間中、ガス衣類乾燥機「乾太くん」を購入された方に
QUOカード 10,000円分

オール電化住宅の方には
QUOカード 30,000円分 **もれなくプレゼント!**

詳しくはお問い合わせください。

※写真はイメージです。 ※本キャンペーンは一般社団法人福島県LPガス協会が主催するキャンペーンです。

ミニパズルにご応募ください!
正解者の中から抽選で5名様に素敵な賞品を差し上げます。〈答え〉住所氏名年齢 電話 NO. (Eメール) の感想 応募締切/令和4年10月15日

お便りも募集しています!
もちろんミニパズルの答えを兼ねてもOK。どしどしお送りください。
【採用者に記念品贈呈】
ミニパズル前号の答え
アマノガワ(天の川)
当選者は青木ひで子様 関根孝子様・有我キミエ様 高藤和夫様・国分吉子様(須賀川市)の5名の方です。おめでとうございます。

〒962-0821 須賀川市桜岡7 福陽ガス FUKUFUKU係まで
FAX.0248(76)8581 (担当・秋山)でも受け付けています。
メール/info@fukuyogas.co.jp

※お送りいただいた個人情報等はプレゼントの発送にのみ使用いたします。

お知らせ 第48回 **大感謝祭** 11月5日(土)・6日(日)
福陽ガス本社・特設会場にて開催! **入場無料**

毎年恒例の「大感謝祭」を今年も開催することになりました。日頃のご愛顧に感謝をこめて、福陽ガスの取扱商品をお得な特別価格にてご提供いたします。

◎新型コロナウイルス感染防止のため、飲食のご提供、キッズコーナー等はございません。
◎「大感謝祭」の開催については、急遽中止となる場合もございます。あらかじめご了承ください。

ご入場の際は、感染予防対策にご協力ください。

人気商品を展示即売!
お得な2日間
●ガス製品
●暖房器具
●カー用品
●浴室設備
●キッチン設備
●トイレ
●家電製品 など
お得な特別価格でご提供!!

※写真はイメージです。



ごはんうめっ!

この炊き上がりに納得です!!

ココがスゴい! ガス炊飯器

新米が美味しい季節ですね。今回はごはんの炊き上がりに定評のある「ガス炊飯器」の魅力に迫ってみました。

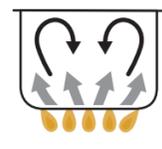
ココがスゴい! 「かまど炊き」の美味しさを再現

ガス炊飯器の一番の特徴は、電気炊飯器と違って「直火」で炊き上げるところ。ガスを活かした1000℃を超える強火力によって釜全体を一気に加熱します。釜の中では大きな対流が起ってお米が攪拌されるため、炊き上がりはまるで「かまど炊き」のよう。お米一粒一粒が立ち、ふっくらとして甘みもあって、なおかつもちもちと弾力のあるごはんに仕上がります。

かまど炊きの味を再現

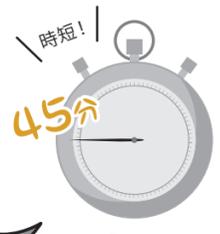


美味しさが違うね!



ココがスゴい! 短時間で炊き上がる

ガス炊飯器は強火力で一気に炊き上げるので、電気炊飯器より炊飯時間が短くて済みます(一般的な電気炊飯器の通常炊きが1時間弱に対して、ガス炊飯器は約45分というデータもあります)。急いでごはんを炊きたい場合や、調理にあまり時間をかけたくないという方にとってもガス炊飯器は強い味方。「時短」で済む分、光熱費が抑えられるのも魅力ですね。



光熱費の節約にも!

ココがスゴい! 一膳から美味しく炊ける

一人前の少量のお米からでも、直火ごはんが美味しく炊けると評判なのがリンナイのガス炊飯器「こがまる」。かまどと同じような伝熱形態で、お米一粒一粒に熱を行き渡らせて炊き上げるので、直火ならではの美味しさが存分に楽しめますよ。



福陽ガスのおすすめ



こがまる

- 炊きあがりタイマー
- 洗米すぐ浸し米
- 保温
- 硬質フッ素
- お好み炊飯調節機能

Rinnai ガス炊飯器

こがまる VQTシリーズ (0.9L/1~5合)
RR-050VQT (DB)
希望小売価格 50,600円(税込)の品
電子ジャー付
タイマー付
当社価格 **37,950円(税込)**

※AC100V電源(電源コード長さ1.4m) ※別売のタイマー付器具専用コードが必要です。

詳しくはお気軽にお問い合わせください!



いつも安心・安全に ガスのミニ知識 64

お手軽 ガス代節約術 ① キッチン編

ちょっとした心がけでできる節約術。塵も積もれば山となる…の精神で、コツコツ地道に実践しましょう!

ガスコンロの炎は鍋底からはみ出ないようにする

年間430円節約^{※1}



このほか

火力をこまめに調節する

鍋底の水滴は拭き取る



もガス代節約につながります。

食器洗いのお湯は温度を下げる

年間1,580円節約^{※2}



このほか

タライでつけ置き洗いを



もガス代節約につながります。

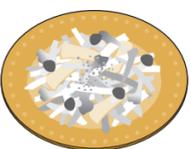
※1: 水1ℓ(20℃程度)を沸騰させる時、強火から中火にした場合(1日3回)

※2: 65ℓの水道水(水温20℃)を使い、湯沸し器の設定温度を40℃から38℃にし、1日2回手洗いした場合(使用期間:冷房期間を除く253日)

※資料:資源エネルギー庁「家庭の省エネ徹底ガイド春夏秋冬」

旬の素材でアイデア料理!

フクちゃん食堂 開店



さつまいも&きのこがたっぷり!
秋の味覚のペペロンチーノ風

材料 (2人分)

- さつまいも (Mサイズ) 1/2個
- ニンニク…………… 2片
- しめじ・まいたけ・エリンギ…………… 各1/2パック
- 赤唐辛子…………… 1本
- オリーブオイル…………… 大さじ2
- 塩・コショウ…………… 各少々

作り方

- 1 水洗いしたさつまいもを、皮付きのまま5mm幅の斜め切りにし、さらに細切りにしたら、水にさらして(約5分)、キッチンペーパーで水気を拭き取ります。
- 2 きのは、裂いたり、小房に分けたりして食べやすい大きさにします。
- 3 フライパンにオリーブオイル、みじん切りにしたニンニク、輪切りにした赤唐辛子を入れ、弱火~中火で香りがたつまで炒めます。
- 4 さつまいもを入れ、焼色がつくまで中火で炒めます。
- 5 きのを加え、強火で手早く炒め、塩・コショウで味付けして出来上がり。

きのこはお好きなものでOK。サラダ油と醤油を使うと、和風の味付けにアレンジ出来ますよ。(フク)

福陽ガスの

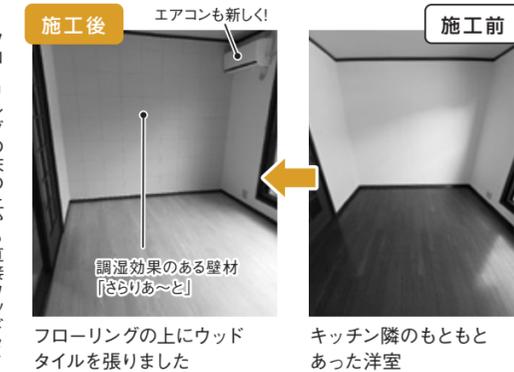
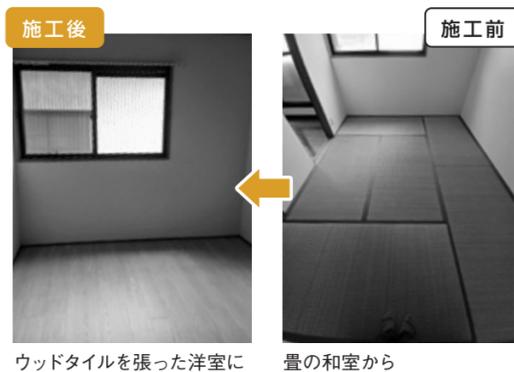


リフォーム何でもご相談ください

vol.95

人気の床材! ウッドタイルで気分も一新!

こんにちは! リフォーム担当の佐久間です。今回はアパートの一室のリフォームをご紹介します。



最近ではフローリング調のウッドタイルを張ることが多くなりました。クッションフロアより厚みがあって、ぱっと見では普通のフローリングとの見分けがつかせません。床を解体せずに現状のフローリングの上に張ることもできるので、ちょっと模様替えをしたい時などにはとても便利。少し前に流行したダーク色の床を、さわやかな白系のウッドタイルで一新! お部屋が明るく気分転換にもなりますね!!

暑い日が続いておられます。汗かくまで仕事をしております。暑い頃こそ、汗をかくことが大切です。汗をかくことで、体温が上がり、免疫力がアップします。また、汗をかくことで、皮膚の水分が蒸発し、乾燥を防ぐことができます。暑い日は、こまめに水分を摂り、汗をかくようにしましょう。

ご相談 無料
お見積 無料
0248(2)6171