

旬の味覚

今月は新じゃが

新じゃがは、秋に採れるじゃがいもと比べて皮がうすく、そのまま食べられるということやみずみずしい食感であることが特徴です。しかし新じゃがは水分が多く、長期の保存がきかないため、早めに食べることが、**保存方法が大事**です。冷蔵庫で保存してしまうとデンプン質が糖質に変わって味が落ちてしまうので、必ず**常温保存**をしましょう。また**日光**が当たらない場所で新聞にくるみ、**りんご**と一緒に入れておくのも効果的です。りんごから出るりんごから出る物質が**発芽**を抑制してくれます。



旬 5～6月

新じゃがの豆知識

じゃがいもの皮の付近にはビタミン類が多く含まれており、美肌効果や毛細血管を強化する効果があります。皮ごと食べることの出来る新じゃがはこれらの効果が期待できます。また、じゃがいもには胃・十二指腸潰瘍、高血圧、貧血、風邪、疲労回復、便秘、ガンなどに効果があります。

うち新聞

2015年
6月号
No.32

社長の小話

誕生月



内野徳治

月日の経つのは全く早いものですね。今月が終わると残り半年です。私も十五日で、満六十七歳に成ってしまう。一年が早く感じるという事は、それだけ歳を取った証でしょう。

誕生石がパールなんて残念な生月です。せめて五月生まれならばエメラルドだし、七月ならばルビーです。今となつては、プレゼントも無い。唯一の楽しみは、第二日曜日が父の日です。よし、これは期待できます。

梅雨が始まる頃、ハナシヨウブや、月見草、ユリの開花が始まり、夏も目前と成って参りました。旬魚では、アユ、イサキ、真アジ等々。愛のささやき何んて、アツ間違えたアユの塩焼きでした。酒の肴には絶品であります。

ウチノ★修理 MENU

〈リフォーム MENU〉

- 水廻り改修工事全般
(お風呂・キッチン・トイレ・洗面)
- 外壁塗装工事
- 内装工事
(壁・床・天井の張り替え)
- ふすま・障子・網戸の張り替え
- 畳の表替え
- 照明器具取り付け (LED 也可)
- 給湯器交換
- オール電化

■トイレ

- トイレのつまり
- ボールタップ交換
- ウォシュレットの修理
- 水漏れ補修
- 手すり取り付け

■洗面台

- 蛇口交換
- 洗面台ヒビ割れ補修
- 洗面台下の床補修
- 排水ホース交換
- 洗濯機パン交換

〈お助け修理 MENU〉

- お風呂
 - 浴槽まわり水漏れ補修
 - タイル目地割れ補修
 - シャワーヘッド・ホース取り替え
 - 浴室内クリーニング
- 台所
 - 換気扇交換
 - 換気扇・コンロのクリーニング
 - 蛇口パッキン交換
 - 浄水器取り付け
 - 排水管清掃



平塚隆信

今回はコレ!

ウチノショッピング!!

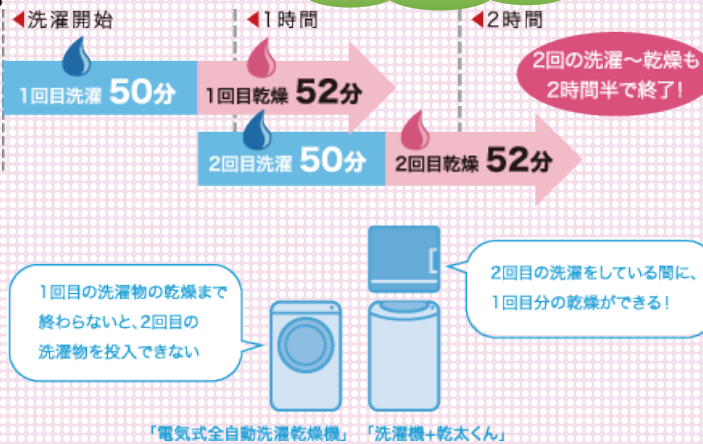
ウチノショッピングではウチノでオススメの商品をご紹介します!

衣類ガス乾燥機-ガスの乾太くん-

洗濯物が少ないご家族に手軽なコンパクトタイプ
乾燥容量 3.0kg 品番 RTD-30A



内野茂広



04-2923-2443

〒359-1133 所沢市荒幡 425

うちのウチノ 検索 <http://www.ouchino-uchino.com>



旬・味覚Cooking

ちが旬!

新じゃがで皮付きポテト

ホクホクの新じゃがを楽しめます♪



新じゃがをよく洗い、皮付きのまま
くし切りにし、たっぷりの水に10
分程さらしておく。



キッチンペーパーで水気をよく切り
ビニール袋に新じゃが・小麦粉・片
栗粉を入れシャカシャカふってまぶす。



油を熱したフライパンでこんがり色
がつくまで揚げ焼きにする。



油を切り、お好みで塩やコンソメ、
乾燥パセリなどをふる。

新じゃが 4個
小麦粉 小さじ1
片栗粉 小さじ1
サラダ油 適量

お好みで
塩 適量
コンソメ 適量
乾燥パセリ 適量



完成〜!!

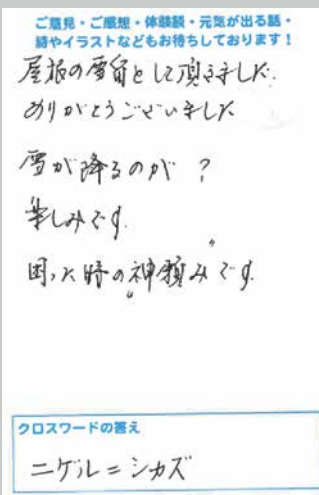


畔本宏美

おたよりをお待ちしています!

所沢市
〇様

東村山市
〇様



毎月たくさんのお言葉や
イラストをいただき、
誠にありがとうございます!!
うっちー新聞企画室では
皆様からのお便りを
お待ちしております!
付属のはがきをご利用下さい。

イラスト
うっちー
ボスト



内野順子

※いただいたお便りは、ペンネームまたはイニシャルで掲載いたします。
また、掲載するはがきは一月月遅れになります。



たくさんのご来場ありがとうございました!!

ウチノイベント情報



5月16日、日頃お世話になっているOB客の
皆様へ感謝の気持ちを込めて第4回ファン感謝
デーウチノ駅を開催致しました。

心配だったお天気にも恵まれ、今年もたくさん
のお客様にご来場いただき、ありがとうございました!

メインイベントの流しそうめんは、大人にも子
どもにも楽しんで頂けました。

今年も10月にはウキウキうっちー祭りも開催
致しますので是非お越し下さい!!



内野裕崇

エコリフォーム向けの省エネ住宅
ポイント制度が只今実施されてい
ます。1ポイント1円換算で最大
30万円分のポイントが発行され
ます!発行されたポイントは、
商品券やプリペイドカード、地域
産品などと交換ができる他、即時
交換で追加のリフォームに使用す
ることが出来ます!!

詳しくはウチノまでお問い合わせ下さい。

ショールームでは
おいしいコーヒーを
ご用意しています。



村松和泉

ショールームから
うっちーに
まは

ペット自慢



ハロマくん
ミニチュアダックスフンド
12才

ダイエットできません。

所沢市S様

ペット自慢のコーナーでは、我が家の
可愛いペットを募集中!
掲載ご希望の方は写真とコメントを
うっちー新聞企画室までお送りください。

〒359-1133
所沢市荒幡 425
株式会社ウチノ うっちー新聞企画室



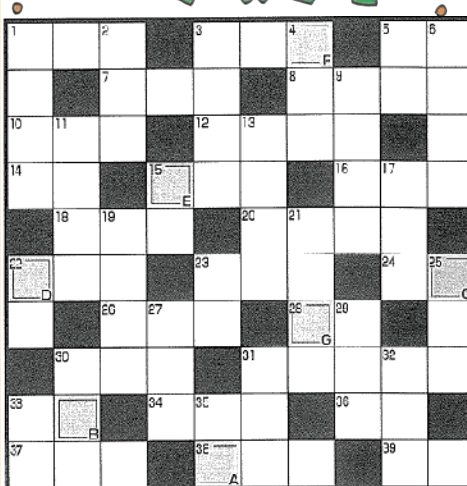
内野あけみ

パートさん募集

勤務 週3日以上できる方
8:30~17:30
1日3時間より相談に応じます
時給 800円~
仕事内容 顧客訪問(広報誌のお届け)
※詳細はお電話にてお問い合わせ下さい。☎04-2923-2443



?今日のクロスワード?



解答 A B C D E F G

前回の答え シツレイデスワ

正解者の方おめでとうございます!!

応募方法

付属のはがきにクロスワードの答えと
必要事項をご記入の上ご応募ください。
※締め切り: 6月30日

タテのキー
1 吊るし切りにするこの魚が主
2 プレゼントに結びます
3 ダイコンの別名で、春の七草
のひとつ
4 きりたんぽは、美人の多い県
5 といわれるこの県の名物
6 関西では「フカ」呼ばれる
7 怖い海の生き物
8 ドラマや報道などがあるTV
9 局が放送するもの
10 とにかくすぐに!○○○○連
11 絡してください!
12 有名な平野と同じ名を持つ、
13 鮭がメインの北海道名物鍋と
14 いえは
15 海外のスターなどがやってく
16 ること
17 おむすびにベタリと:
18 神主さんが神事で「かしこみ
19 だんごみ」と唱える
20 だんご汁は、湯布院温泉で知
21 られるこの県の郷土料理
22 1年の最初の日
23 キツネが威を借りる猛獣
24 かしらのためにかけるのは
25 ○○○めがね
26 香川が本場のこのうどんは、
27 コシが強くどしどし抜群!
28 量産きの部屋
29 機密情報などを探る諜報員
30 円舞曲のこと
31 熊本ねえ(○○○○連根)。
32 鼻にツンとくる黄色いこの
33 香辛料が味の決め手です
34 野球で攻撃の後につくのは?
35 パンダの大好物です

ミソのキー
1 気取らない服装やスタイル
2 東京名物深川めしに炊き込む
3 潮干狩りで取る貝
4 スポーツなどの協議の得点
5 バッテラはこの魚の押し船
6 三日○○はすぐに飽きてし
7 まうから困りもの
8 名古屋名物の平打ちうどん
9 硬貨のお金
10 細い糸こんにゃく
11 仙台は、モトと鳴くこの家畜
12 のタン料理の発祥の地
13 呪詛ともいう
14 お茶を飲むための茶碗
15 いわゆる、いいにおい
16 沖縄料理「ヤーチャンブルー
17 の「ゴーヤー」
18 漫才師などの3人組
19 「お使いご苦労さま」と子供
20 に与えるこぼし
21 今の高知県のこと。名物はカ
22 ツオのたたきや豪快な血鉢料
23 理
24 盛岡名物わんこそばは、この
25 県の郷土料理
26 日本工業規格のマーク
27 小舟で川の兩岸を往復する○
28 ○○○舟
29 キュウリがネタのロール寿司
30 ヒトの祖先だとか
31 家の軒下でできる水の柱
32 サト○○、こんにゃく、肉な
33 どを野外で煮て食べる「○○
34 煮会」は山形の行事
35 鹿児島県の旧国名がついた○
36 ○○汁は、具だくさんの濃い
37 みそ汁

あなたの出身地の郷土料理は?

正解者にはウチノで
つかえるポイントを
15ptプレゼント!



内野晴彰