

ニイヤだより

毎度ご利用いただき誠にありがとうございます。

株式会社ニイヤ

営業時間
8:30~17:00
定休日
土・日・祝祭日

定休日のお知らせ 土・日曜日・祝祭日 営業時間 8:30~17:00

秋とは思えないほど冷え込んできました。近頃の気温は12月頃と同じくらいだそうです。雨の日も多く気温も低いためとても肌寒く感じます。しっかり着こんで風邪などをひかないよう気をつけてください。

冬の人気者！大根の話

寒くなってくると、コンビニのおでんが妙においしそうに感じつい買いたくなります。そんな冬の人気者。おでんの定番大根。今回は大根の話をしたと思います。

大根おろしはなぜ辛い？

おでんの大根は、汁の味がしみていてとてもおいしいです。しかし、同じ大根でも大根おろしにすると辛い時があります。そのままの大根は？どうかというと…辛くありません。

どうして、大根は辛い時と辛い時があるのでしょうか。

大根おろしにすると辛くなるのは、大根の細胞に含まれているグルコシノレートという物質と、ミロシナーゼという物質(酵素)によるものだそうです。ふだんは、この2つの物質は細胞の中でそれぞれ別のところにあるので辛くはありませんが、すりおろすと多くの細胞が壊れ、この2つが外に出てきて辛さのもとと酵素がくっついて、辛い味の成分ができるため辛くなるそうです。

それとは反対に、おでんの大根は細胞をできるだけ壊さないように料理しているので辛いそうではないそうです。

大根おろしを辛くする方法！

大根おろしの辛さは様々な条件で変わるそうです。まず、大根のどこの部分を使うかによって、辛さがかわります。辛さのもとになる物質は、大根の先(根の先の部分)にいっしょにしたがって多くなるそうです。皮にも多く含まれているそうです。すりおろした大根おろしをどのタイミングで食べるかによっても、辛さは違ってきます。ふたつの物質が混ざって、辛い味の成分ができるまでは、5~7分くらいかかるので、この時が一番辛さが強くなるそうです。

また、すりおろし方によっても辛さがかわるそうです。なるべく多くの細胞を壊した方が、辛さを作る成分が出てくるので、辛い大根おろしが好きな方は、大根の先(根の先の部分)の方を皮をむかずにすりおろし、5~7分おくと最も辛い大根おろしが食べられます。

ヘルスアップポイント！

大根にはでんぷん分解酵素のアミラーゼが多く含まれているので、ごはんやお餅など、でんぷんの多い食品の消化を助けてくれます。ただし、酵素の働きは加熱すると失われるので煮大根では効果がありません。大根おろしにからめて食べる「からみもち」は科学的にも理にかなった食べ方のようなので、また、大根おろしはビタミンCも多く含まれていますが、作って30分で20%失われてしまうので、作りたてを食べるのがおススメです。

Happy Halloween!

住まいのお悩みご相談ください。

LPガス・灯油・給湯器・風呂釜・浄水器・水・太陽光・太陽熱
キッチン・トイレ・浴室、水回りの設備・お家のリフォームなど

Niyya 株式会社 ニイヤ TEL 042-762-0320

★ホームページもご覧ください★
<http://www.smile-niyya.co.jp/>
または、「住まいるニイヤ」で検索ください。
準備中のページも順次開設していきますので
よろしくお願ひ致します。

キムチと豚肉のチゲ

材料(4人前)

白菜キムチ 200g
豚バラ薄切り肉 200g
万能ねぎ 1束
豆腐 1丁
薄力粉 大さじ1
コチュジャン 大さじ2
ごま油 大さじ2
(合わせ調味料)
しょうゆ 大さじ2
酒 大さじ1
しょうが汁 小さじ1
にんにく お好みで
いりごま(白) お好みで

作り方

- ①豚肉を2~3センチの幅に切ります。キムチは軽く汁気を切ります。
- ②万能ねぎは4~5センチの長さに切ります。豆腐は縦半分に切り横2cmの幅に切ります。
- ③薄力粉大さじ1を鍋(煮込む用)に入れ、水3カップを少しずつ入れ、ダマにならないように溶き混ぜます。
- ④フライパンを熱し、ごま油大さじ2を入れ、豚肉を炒めます。
- ⑤豚肉の色が変わったら、キムチを入れ肉とキムチをからめるように炒めます。
- ⑥⑤を③の鍋に入れ火にかけます。
- ⑦煮立ったら、合わせ調味料を加えて溶き、コチュジャンで味を調えます。
- ⑧豆腐を入れ、ひと煮立ちさせたら、万能ねぎを加え、火を止めます。



アトミ 健康補助食品

お酒やタバコをのまれる方・お酒の席を楽しみたい方
朝スッキリ目覚めたい方・体のだるい方
健康で活気あふれる生活を維持させたい方

体の中で一番大きな臓器肝臓は、食べ物からとった栄養を体内で使える形に変え貯蔵し、必要な時にエネルギーとして供給してくれます。また、アルコールや薬、老廃物などの有害な物質を分解し、体に影響をおよぼさないように無毒化してくれます。しかし、肝臓の内部には痛覚がなく、病気が進行し肝臓周辺の痛覚がある部分に影響を及ぼすと痛みを感じるそうです。大切な臓器肝臓にやさしいサプリ・紅景天ミルクシスルで日頃からケアしてみたいはかがでしょうか。

紅景天ミルクシスル

(1日2回・1回1錠・120錠入り・60日分)

¥3,250-(税込)

Atomy Rhodiola Milk Thistle



アトミ 紅景天 ミルクシスル

イキイキとした健康的な毎日をサポートする
ミルクシスル&紅景天 複合サプリメント

ミルクシスル抽出物
紅景天抽出物
ビタミンB群



HOTな贈り物キャンペーン実施中

キャンペーン期間 本日より2018年1月31日まで

毎年恒例の冬のキャンペーンがはじまりました。キャンペーンの冊子には、暮らしに役立つアイデアや最新のガス器具等が掲載されています。最後のページには、いつもありがとう作文コンクールの作品が1つ掲載されています。是非、ご覧ください。



★店頭にて灯油販売中★
灯油の配達も承ります。
お気軽にお問合わせください。

LPガスをお使いのお客様へ 点検・調査のご協力をお願い



LPガスをご利用いただき誠にありがとうございます。LPガスを安全にお使いいただくために、法律に基づき定期的にLPガス設備の点検・調査を行っています。点検時期がまいりましたら、点検・調査にご協力お願い致します。

【平成29年11・12月 点検・調査予定エリア】
相模原市南区東大沼・西大沼、中央区田名・田名塩田・水郷田名、緑区西橋本・東橋本・上九沢、愛川町田代、春日台
(株)神奈川県エルピーガス保安センター県央営業所
相模原市南区麻溝台3-15-17 TEL042-743-7420