

# 住まいのかわら版

2019  
令和1.6月号

＜発行＞  
南門松建築  
宮崎県小林市堤2285-7  
(三松小前)  
TEL.0984-22-7616  
FAX.0984-22-5836



**頭の体操！間違いがしゲーム**  
上下のイラストで違うところから箇所あります。  
さあ！チャレンジしてみてくださいね！

答えは裏を見てニヤー



## ジャムをいろいろ活用しませんか？

フルーツと幸せな甘さが魅力的なジャム。  
アレンジ次第でいろいろ使えますよ！

みなさまに暮らしと住まいを快適にするためのちよっと役立つ情報をお届けいたします。今回のテーマは「ジャムの活用」です。  
パンなどと一緒に楽しむのがポピュラーですが、使いきれなくて冷蔵庫の奥に眠っている……なんてことはありませんか？もったいないので、ぜひいろいろなものに使ってみましょう！

### ドリンクやデザートはカフエタイムに良し♪

飲みものやおやつ系はどんなジャムでも使えるのでおすすすめ！炭酸水を加えれば、さわやかなドリンクになります。  
グラノーラやクッキーなどと合わせて、ミニパフェをつくってみてはいかがでしょう？お好みの器にグラノーラや細かく砕いたクッキー、ジャム、ヨーグルト、缶詰のフルーツの順に層をつくり、上にはフルーツなどをトッピングすればできあがり！ふだん、おうちで食



べる機会が少ないパフェを味わえるのはもちろん、お子さんやお友達と楽しみながらつくるのも良いですね。



ミニパフェは、ガラスの器を使えば見た目も楽しい♪

バナナアイスに加えてみれば、ちよっと贅沢なおやつになります。  
ヨーグルトと混ぜて、カップなどに入れて冷凍すれば、簡単！ヨーグルトアイスに、100円ショップなどで見られるアイスクャンディの型に入れてアイスクャンディをつくっても楽しいですね。

クリームチーズとの相性も抜群！クリームチーズとジャムを合わせ、クラッカーの上に乗せたり、クラッカーで挟めば、ティータイムのお供にぴったり。また、ジャムとクリームチーズを冷凍のパイシートでスティック状に巻き、オーブンなどで焼いてもおいしいですよ。



ジャムとクリームチーズのスティックパイは 190～200度のオーブンで15～20分が目安です

### 料理にも使えて頼りになります！

料理に活かすのもおすすめです！



豚肉や鶏肉を焼くときにママーレードやゆずジャム（別名・ゆず茶としょうゆを合わせたソースをかければ、さっぱりとした味わいが楽しめます。  
ブルーベリージャムと赤ワイン、しょうゆを煮込んだソースを焼いた鶏肉にかければおしゃれな一品になります。  
カレーの隠し味に、りんごやいちごのジャムを入れると、まろやかな味わいになります。

いろいろな重宝しますよ。  
ドレッシングをつくるのも良いですよ。柑橘系のジャムや酸味を活かしたキウイのジャムがおすすすめです。ジャムにオリブオイル、白ワインピネガー（なければお酢でOK）を同量ずつ入れ、黒こしょう、お好みで塩を入れて混ぜるだけでサラダにかければ、おいしいのももちろん、見た目もぐっとおしゃれになりますよ。



ジャムや材料の分量はお好みで調整してくださいね

裏面にも役立つ情報が満載！