



## 住まいの役立つ情報 冷凍庫があると便利! 「冷凍薬味ミックス」

ネギや生姜など、薬味としてお料理を引き立ててくれる香味野菜。でも最後まで使いきれずに冷蔵庫の中でいつの間にか傷んでしまった...そんな経験はありませんか? 今回は薬味の定番! 青ネギ、みょうが、生姜がいつでも使える【冷凍薬味ミックス】をご紹介します。購入した日に処理をしっかりと混ぜ合わせて冷凍しておけば、いつでもお味噌汁や冷奴、いつもの料理にたっぷり薬味を使うことができます。

材料は【●青ネギ・1束 ●みょうが・2~3個 ●生姜・10g】ジップロックに入れる際はしっかり空気を追い出しましょう。また、薄く平らに入れて冷凍すれば、使いたい時に凍ったまま必要な分だけ折って袋の上から揉むようにするだけで簡単にほぐれます。ネギの甘さと、みょうがの香り、さらには生姜の辛みを同時に楽しめるこの冷凍薬味ミックス。常備しておくとお料理の時短にも繋がり便利です。ので、ぜひお試しください。



1 青ネギは5mm幅、みょうがは2mm幅の小口切り、生姜は千切りする。  
2 丁寧にしっかりと混ぜ合わせる。  
3 ジップロックに薄く平らに入れて空気をぬいて冷凍する。  
4 凍ったまま、使いたい分だけ折ってほぐし取り出す。

毎月咲く花を  
ピックアップしてみました!!  
**7月 シャラの木**

開花時期: 6月~7月  
別名「ナツツバキ」の名前を持つツバキ科の落葉高木。本来のツバキは桜の季節と同じくらいに咲く花ですが、ツバキは青緑ですが、シャラの木は落葉樹です。



郵便はがき  
料金を取人払郵便  
美浜局承認  
2253  
2618790  
2023年2月10日まで

お風呂 トイレ キッチン  
洗面 オール電化 太陽光発電 外壁塗装

**コウノ**  
リフォームの

Total Reform & Repair Shop  
河野プロバングス 有限会社  
園生店 (本社)  
〒263-0051 千葉県稲毛区園生町139-5  
FAX. 043-253-4679

おみずのリフォーム  
**0120-036-146**  
FreeDial

ホームページはこちら <http://www.kouno-reform.com/> 検索

アクセスマップ  
SUNsは捨てずに  
保存してください!!  
集めるときっと  
いいことがありますよ!!

河野プロバングス 園生店

2021 7月号 No.136  
Sunらいふ  
発行 河野プロバングス 有限会社 SUNsらいふ企画室 TEL. 043-253-4678 FAX. 043-253-4679

## カンパニキッチン Vol.52

### 肉味噌そうめん

夏にぴったり! しょうが香る旨辛麺つゆで食欲増進♪

簡単シリーズ

1 生薑は皮を剥き、みじん切りにする。  
ニンニクもみじん切りに。

2 1に豆腐と三温糖も加え、炒めながら混ぜる。  
全体に味が馴染んだらトッピング用に肉を少量皿に取り分けておく。

3 そうめんをパッケージの裏記述通りに茹でる。  
茹で上がったそうめんは流水でよく洗い、水気を切って器に盛る。

トッピング用に取り分けておいた肉をそうめんのふりに混ぜ、2の汁をたっぷりかけ、仕上げに小口切りにした青ネギを散らして完成!

作り方

材料(4人分)

新生薑	約100g
ニンニク	300g
サラダ油	1杯
豆腐	大さじ1
三温糖(砂糖でもOK)	大さじ2
塩こしょう	少々
麺つゆ(水炊き)	600ml
そうめん	4人分
青ネギ	少々

鍋に油とニンニクのみじん切りを入れ中火で熱し、香りが出たら換気扇を加え炒める。肉に火が通ったら生薑も加え炒め、塩こしょうで味を調える。

炒めた肉に麺つゆの水を加え、混ぜ合わせたら火を止める。  
**ワンポイント**  
麺つゆの濃縮タイプを確認の上、希釈用の水とあわせて600mlにする。

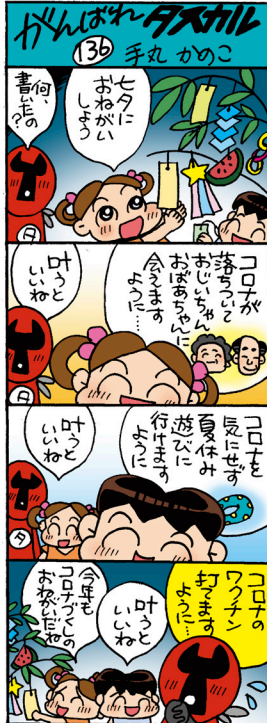
お問い合わせ  
●皆様からお寄せ頂きましたご意見、ご感想等は(SUNsらいふ)への掲載をお願いする場合がございます。お手数ですが住所、お名前、お電話番号を記載の上お送り下さい。  
●個人情報の取り扱いについて  
●当社は、個人情報保護に関する法令およびその他の規範を遵守いたします。

## 河野コラム

### 真夏の夜の夢(1)

暑気払いの夜、お話をさせていただきます。

「真夏の夜の夢」は、シェイクスピアの戯曲です。アタラシイ夢の世界に、アタラシイ愛の物語が展開します。今回は、その中でも、アタラシイ夢の世界に、アタラシイ愛の物語が展開します。今回は、その中でも、アタラシイ夢の世界に、アタラシイ愛の物語が展開します。



## 失敗しないリフォーム

### 新しい冷蔵庫が入らない! —キッチン編—

●台所が新しくなったので冷蔵庫も買い換えたいのに、大きくすることができないって家電屋さんに言われたわ!  
●同じ間取りのキッチンを入れたんだから、同じ大きさのものを入れればいいじゃないか!  
●子供達も成長したから冷蔵庫も大きいほうが便利だったのよ..  
●冷蔵庫は買ったから10年は使うものだし、価格や容量など、思い通りのものにできなかったなあ...

**どうしてこんな!?**  
**こんな声が数多く寄せられていました。**

#### この問題にならないために

**解決策**

① キッチンをリフォームするに伴って、冷蔵庫も新しくされるお客様はとも多いです。キッチンリフォームと家電の交換は定期的に一致する機会が多く、思い切った新しい冷蔵庫にするチャンスでもあります。

② その際、冷蔵庫に対しての不満も担当者に言ってみてください。キッチンをひとつのスペースと見て、間取り自体を新しくする提案もできます。キッチン自体を今より狭くして、よりシンプルにすることも可能です。お子さん、お孫さんを見守りながらの家事もできるかもしれません。色々なライフスタイルの変化をキッチンリフォームで行う事ができます。

今回は「リフォームして1年で赤い水になった!」についての情報をお送りします。

### まちがい探しクイズ 6月号の答えと、5月号の当選者発表

**答え 4 5 11 14 16**

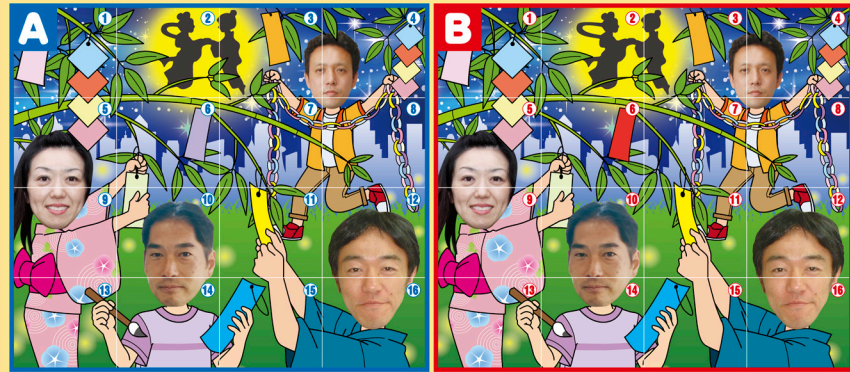
雨つぶ 襪 ホタンの数 カタツムリの卵 紫陽花

**5月号当選者は**  
千葉市稲毛区小仲台  
F.Y様

**おめでとうございます!!**

15月号プレゼント  
奥女抹茶クッキー  
お届けをおたのしみ!!

### まちがい探しクイズ AとBの絵をよく見て、間違っている場所を探してね!!



正解者の中から抽選で1名様に、素敵なプレゼントが当たるラッキークイズ) 間違っているマスの数字を「付属ハガキ」に記入して、郵送がFAXにて応募ください!! 応募締め切り 7/20(火)

### ちょっと!! おじやましま〜ず!! Vol.31

今回は  
千葉市花見川区 1様  
屋根外壁塗装の現場をご紹介します!

築20年の一戸建ての中古住宅を購入されました。  
屋根外壁塗装・内装フルリフォーム。玄関ドアも新しく生まれ変わります。  
まずは屋根外壁塗装からスタート! 今回の紹介の屋根は  
・紫外線でも色剥げ ・コケが生えて防水性能が低下  
茶色のキレイな屋根に、防水性能もよみがえって安心できる家にリフレッシュ! 早めのメンテナンスが家の寿命を延ばします。

**お客様宅へお邪魔した際は、笑顔で迎えて頂けるとうれしいです!! 次回もお楽しみに♪**

詳しくはインスタグラムからもご覧いただけますので、  
#花見川区中古一戸建てリノベーション企画  
で検索してみてくださいね!!

Instagram: [インスタグラムはじめました!](#)  
QRコード:

### 外壁工事のあれこれ

今は外壁の修理・補修の工事期間について解説していきます!

#### ●外壁の修理・補修の工事期間

・ひび割れ (クラック)	1〜2日
・コーキング処理 打ち替え (古いコーキングを撤去し、新しいものを打ち込む)	1〜2日
増し打ち (古いコーキングはそのままで、上に新しいものを追加する)	1〜2日
・外壁塗装	10〜14日
・サイディング カバー工法 (古くなった外壁の上から新しいサイディングボードを貼る)	10〜14日
張り替え工法 (古いサイディングボードを取り外し、新しいサイディングボードを貼る)	10〜14日

施工をするタイミングは、季節をよく考えて実行することも重要になります。梅雨の時期に施工を依頼すると雨で工事が延期になってしまうこともありますし、冬の時期は日照時間が短いので、工期が長くなることがあります。あらかじめ施工業者に確認しておきましょう。

今回は外壁塗装の工程と期間について詳しく解説していきます。

### まちがい探しクイズ 正解者の中から抽選で1名様に金澤ケーキ あるぐれい紅茶 プレゼント!!

**FAX 043-253-4679**

### な、懐かしい〜!! コウノ時間旅行 蚊帳

蚊が入らないように網を持ってバタバタふってからはばやく蚊帳の中に入る... そんな夏思い出がある方もいらっしゃるのでは。現在はアルミサッシと網戸の普及、そしてエアコンの発達で需要が減少した蚊帳ですが、防虫としての役割だけでなく空間を演出するアイテムとして用いられる場面も増えているとか。

※取り回してポストへ投函ください

### 「Sunsraifu」は皆様に支えられています。

☆2021年7月号  
コウノまちがい探しクイズの答え  
※イラストのマスの数字を5つ記入してください

ご住所

フリガナ  ペンネーム

氏名  男・女

☆ご意見・ご感想・  
コウノスタッフへメッセージなどご自由にどうぞ。

〒

お電話番号  (  )

ご記入ありがとうございます!