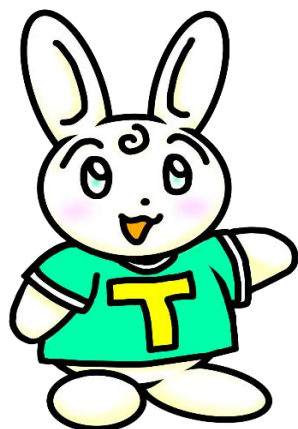


Green Life

暮らしにゆとりのエッセンス

6月号



こんにちは、ベイビースタイル
ホーム社長、羽田忠正です。
6月になり、暑い日もありつつ風
は涼しい気候が心地よくもあり、着
る服にまだまだ悩みますね。
梅雨時期に入り、庭の草むらでは
カエルが元気に鳴いています。洗濯
物に悩む時期でもあります。本格
的に暑くなる前に身体を慣らして健
康に夏を迎えたいですね。
それでは今月もよろしくお願
いいたします。

今月のおすすめ

ワンポイント壁紙



ワンポイントの壁紙で自分好みのお部屋に☆収納も豊富です♪



☆材料(2人分)

☆作り方

新じゃが(中).....1個
 カブ.....1個
 フロッキー.....1/4株
 アスパラ.....2本
 アンチョビ.....2枚
 オリーブオイル.....大さじ2
 塩・コショウ.....少々
 揚げ油・茹で用の塩.....適量
 ティル.....適量

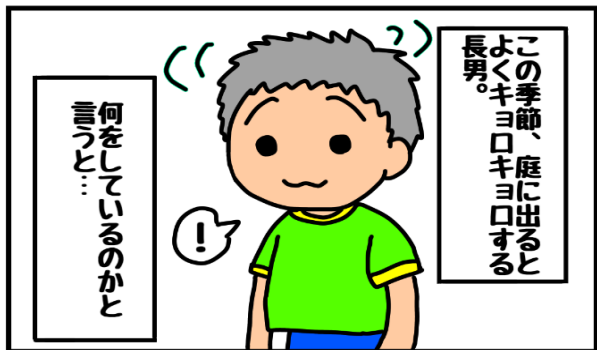
- ①新じゃがは皮付きのままよく洗い、一口大に切る。カブは葉を落として皮をむき、6等分の櫛切りにする。フロッキーは食べやすい厚に切り分け、アスパラは袴を取り除き約4cmの長さに切りそろえる。アンチョビは細かく刻み、包丁の側面でつぶしてボウルに入れる。
- ②新じゃがは串が通るまで茹でたら水分を切る。180度の油でまわりがカリッときつね色になるまで揚げる。カブ・アスパラ・フロッキーは塩茹でにし、ザルで水を切る。(茹ですぎて柔らかくなり過ぎないように)
- ③①のアンチョビにオリーブオイルを加えてよく混ぜ、塩とコショウで味を調える。
- ④③に揚げた新じゃがと茹でた野菜を入れ、全体に味が絡むようにやさしく和える。
- ⑤お皿に盛り付け、ティルを散らす。

ディルって
どんなハーブ?



ディルはセリ科のハーブで、アネットやイノンドとも呼ばれているよ！爽やかな香りとおほろ苦さが特徴で、魚介と合わせることが多く、特にサーモンとは相性が抜群なんだ！クリームチーズやマヨネーズみたいな乳製品ともよく合うよ☆サラダに散らして爽やかな香りをプラスするのもおすすめ！使いやすいハーブだよ☆

梅雨前からのルーティーン



カエルハンターな長男です。

日常あるあるネタ

我が家の日常の一コマを見やすく漫画風にしてみました！もし、「うちもあるある！」と笑っていただけたら嬉しいです！

登場人物紹介☆

父

母



長男



次男



ベイビー・スタイルホーム
有限会社 東洋インテリア