



Let's cooking!!

秦 佐知子先生の おすすめレシピ

秦 佐知子先生



是非ご参加
くださいね♪

※名張近鉄ガス本社料理室
で様々なレッスンをしています。

トマトソースのニョッキ



名張近鉄ガス料理教室



メルマガにて料理教室の開催情報配信しています！
是非ご登録ください。

お申込み・お問い合わせは、
当社HPまたは、お電話で。



←(携帯・空メール用)
(スマートフォン用)→



材料 (6人分)

- ・じゃがいも 800g
- ・薄力粉 240g
- ・卵 (L) 1個
- ・バター 30g
- ・ナツメグ 少々
- ・塩 小さじ1と1/2
- ・コショウ 少々
- ※ソース
- ・トマトの水煮 1缶
- ・玉ねぎ 1個
- ・合挽肉 300g
- ・塩コショウ 少々
- ・ブイヨン 2個
- ・ローリエ 1枚

作り方

- 1 じゃがいもは洗って丸のまま茹で、柔らかくなったら皮をむき裏ごす。
- 2 あたためいうちにバターを混ぜ、ナツメグ、塩、コショウで味をつけ、ふるった薄力粉と卵を加えてまとめる。
- 3 棒状にして2~3cmに切り、フォークで筋をつけ熱湯の中で茹で、湯から浮き上がってきたら更に1分茹でてからザルにとる。
- 4 玉ねぎをみじん切りにしてサラダ油で炒める。次に合挽肉を炒めトマトの水煮を入れてつぶしながら煮て、塩、コショウをしてブイヨンとローリエを加えて煮込む。
- 5 茹であがったニョッキにソースをかける。



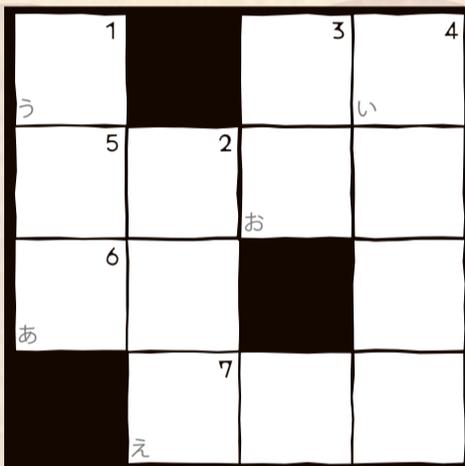
クロスワードパズル CROSSWORD PUZZLES

横のカギ

3. 英語で「LOVE」です。
5. 夏の軒下でこれが「チリンチリン」と鳴るとホッとします。
6. フランス語で「エメ」、英語で「LIKE」と言うそうです。
7. 畳の部屋を〇〇〇〇と言います。

縦のカギ

1. ワイシャツの袖のボタン代わりに止める、オシャレな装身具。
2. 子供の頃、海水浴にはビーチボールとコレが必須でした。
3. 働き者の虫。〇〇とキリギリス。
4. プリントを日本語にすると?



答え

あ	い	う	え	お
---	---	---	---	---

名張近鉄
ガス

インターンシップ募集中!

地域密着の仕事に興味のある方、インフラ事業に興味のある方、参加お待ちしております!

内 容

- ・ガス製造所&太陽光発電施設 見学
- ・保安業務体験
- ・最新ガス機器体験 等

対 象 者

名張近鉄ガスに興味がある
大学3年生
文系、理系は問いません。

開催期間

平成29年7月~平成30年2月
(13:00~16:00)

申込方法

弊社ホームページより
お申込みください。
<http://www.kintetsugas.co.jp/>



次号に 掲載! 大募集!!



あなたの心に残った「おすすめのお祭り」を
教えてください。ご応募お待ちしております!

抽選で20名様に!
図書カード500円分
プレゼント!



さらに! 次号に掲載された方には
プラス500円分の図書カードをプレゼント!

※住所・名前は掲載されません。

スタッフコラム

大阪ガスのショールームが京セラドーム近くにあり、今年もふれあいレディの皆様と行ってきました。4階建ての大きなショールームをツアーを組んで見学にまわりますが、調理実演を入れて、4時間ほど見学できるスケールの大きさです。



一般開放していて、未来の暮らしを体験できたり、最新コンロで調理試食できたりと、無料で遊べるおすすめスポットです!
<http://www.osakagas.co.jp/company/efforts/hugmuseum/>

応募方法

ハガキ・FAXに、下記の必要事項をご記入のうえ、ご応募ください。

- ①「おすすめのお祭り」
- ②郵便番号・住所 ③氏名・年齢・職業 ④電話番号 ⑤ご感想

●あて先 〒518-0621名張市桔梗が丘1番町1街区5番地の1
名張近鉄ガス株式会社「きんがす便り プレゼント係」まで

●FAX 0595(65)9631

ホームページからの応募もOK! 写真の投稿も可能です!



【個人情報の取り扱いについて】ご記入いただいた個人情報は商品の発送とご連絡以外には一切使用致しません。当社が責任をもって安全に管理し、法令に基づき開示を請求された場合など正当な理由がある場合を除き、お客様の個人情報を第三者に譲渡・提供することはありません。

【ご注意】抽選や当選に関するご質問は受け付けておりません。※弊社にご応募いただいた書類など(写真データ含む)はご返送いたしません。※応募用紙に記載不備がある場合、ご応募を無効にさせていただきます。※お客様の住所、転居先が不明で商品をお届けできない場合は、ご当選を無効とさせていただきます。※当選賞品の交換、換金、返品等には応じかねますので、予めご了承ください。※採用された内容(写真データ含む)は次号の紙面に掲載しますことをご了承ください。※当選発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

※隔月発行を原則としていますが、変更になる場合もございます。

心理テスト結果

あなたの
聞き上手度
がわかります。

- A あまり聞き上手なタイプじゃないようです。相槌のタイミングが悪くないですか?
- D どんな相手の話でも、聞くことのできるタイプです。相談されやすいのではないのでしょうか?

- B 友人相手では、聞き上手なタイプです。相槌の中にジョークを交えて、明るい雰囲気にするでしょう。
- E 聞き上手なタイプです。どうか相手をフォローしようという姿勢があります。

- C 相手を不愉快にしないタイプです。素直に聞く振りが上手です。