

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!!

*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。

ビーフカツサンド



材料 (6人分)

- ・牛肉 (もも肉ステーキ用100g) 3枚
- ・塩、コショウ、粉辛子 各少々
- 《衣》
- ・小麦粉 1/2カップ
- ・卵 (小) 1個
- ・牛乳 大さじ2
- ・パン粉 1と1/2カップ
- 《ソース》
- ・ウスターソース 大さじ2
- ・トンカツソース 大さじ4
- ・ケチャップ 大さじ1と1/2
- ・8枚切り食パン 6枚
- ・バター、マスタード 各適量
- ・レタス 2枚
- ・きゅうり 1/2本
- ・揚げ油 適量

作り方

- 1 牛肉は麺棒等でたたき、元の大きさまで手でまとめ、塩、コショウ、粉辛子をまぶし、衣の材料の小麦粉もまぶす。
- 2 まぶして残った小麦粉と卵と牛乳を混ぜ、牛肉にたっぷりつけて、パン粉を押しつけるようにつける。
- 3 180℃の揚げ油で表面がカリッとするまで揚げ、合わせたソースにさっとつける。
- 4 食パンを焼いて、マスタードとバターを塗り、レタスと薄切りきゅうり、③のビーフカツを挟んで切り分ける。

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) →



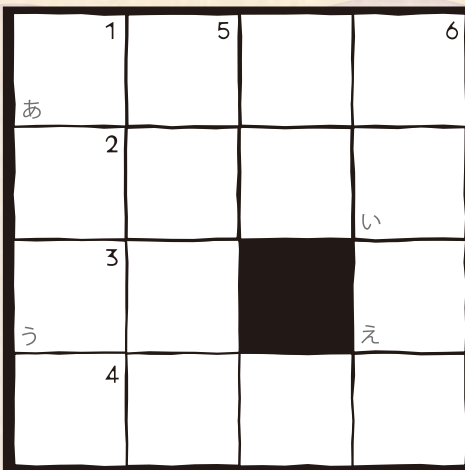
クロスワードパズル CROSSWORD PUZZLES

横のカギ

1. 事実とは異なることを仮定してする後悔すること。「—— 言っても仕方ない」
2. 血を搾られるような苦勞をして納める税金。
3. やせていること。「夏——」
4. 喫煙する場所や時間を区切ること。

縦のカギ

1. たくさんの竹が生えている所。
5. アメリカの画家。マリナーの巨匠と呼ばれている。「クリスチャン・——」
6. 人体に有害な細菌などの微生物の俗称。



答え



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30年2月まで
(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!!



私の

こだわり

あなたの「こだわり」はなんですか?料理でも掃除でも
服装でも、その他なんでもOK!手作りカレーのこだわ
り大歓迎!!「こだわり」についての熱いエピソードを教
えてください!たくさんの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

ガス展の感想を添えてのご応募、多数ありがとうございました。来年へ向けての励みになりました!また、1万人以上の方に会場へ足を運んでいただき、感謝しています。来てくださった方が楽しかった、また来年も来たいと思っていただける地域No.1イベントを目指して、頑張っていります。本年も1年間きんがす便りをご愛読くださりありがとうございました。来年もどうぞよろしくお願いいたします。(今西)



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「わたしのこだわり」について
- 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
- 期限 2018年1月9日(火) 必着 ●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、お客さま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。※お客さまのご住所、転居先が不明で商品が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。

きんがす便り (冬号 12月号) 100円(税別)

心理テスト結果

あなたの
仲良くなれない友人
がわかります。

A 表面だけの付き合いをする人

ゼロハンテープを落としたあなたは人と密接に深く付き合いたいタイプ。本心がよく見えない友人とは仲良くなれません。やや他人に依存する一面があるため友人は少ない傾向ですが、一生もの大親友が作れるでしょう。

B 要領のよい人

ボールペンを落としたあなたはのんびり屋なタイプ。頭の回転が速い人や、要領よくいってしまいう友人とは仲良くなれません。スピードが苦手なので、安心安定を感じられる友人関係を作ることが多いでしょう。

C 理屈っぽい人

電卓を落としたあなたはアナログタイプ。インテリッぽい雰囲気の人や、頭脳戦を得意とする友人とは仲良くなれません。目先の出来事にとらわれやすいのでドジをしまう傾向がありますが、ハートを重視するため、厚い友情に恵まれるでしょう。