

2月と言えば・・・節分!!!



2月3日は節分の日ということは**豆まき**ですね!
豆を撒く風習は、鬼の目を打ち、「**魔を滅する**」に通じるからという説があります。炒った豆を、年男や一家の主人、厄年の人が「**鬼は外、福は内**」と大声で叫びながら豆を撒き、邪気や災厄を祓います。

炒った豆を使うのは、生豆を使って拾い忘れたものから芽が出ると再び悪鬼が芽を出してやってくるので良くないといわれているからです。

豆撒き後は、**自分の年の数、**
または自分の年の数+1の豆を食べ、
一年の無病息災を願います。



まちなかタイムズ

2016恵方巻き予約販売受付中!

なんと今年は

大間の本マグロ入りの恵方巻き

1本3000円!!! 緊急限定販売です!

詳しくはカウンター前の恵方巻きコーナーをご確認ください! 今年の恵方は**南南東**です。
大間の本マグロ入りの恵方巻きをお買上げのお客様には
サンユーポイント100ポイントプレゼント!
1月31日18時までご予約承り中です。



第16号
1月19日
号

特別企画 シールキャンペーン

今回は「**北欧ライフスタイル**」

ヨーロッパで人気のデザインや色合いをモチーフにしてデザインされたシリーズです。

北欧ならではの**オシャレな**

まな板やポット等ございます!

1000円でシール1枚お渡しいたします。

サービスカウンター前にて、見本もございます。

是非ご利用くださいませ!



～まちなかスタッフの今月の一品～

ふれ愛交差点の『Kitchen Everyday Recipe 365 -毎日のレシピ集-』から、スタッフが一品チャレンジ!実際に作ってみました!
今回のメニューはこちら!

豚肉と根菜の味噌きんぴら(P. 16)



作者・店長 田子森
簡単にできて、味噌味が豚肉にも根菜にもピッタリでした。豆板醤を入れても良いと思います。
ごはんのおかずはもちろん、おつまみにも最高!あつという間になくなりました(^v^)

〈料理の鉄人の一言〉
子供さんが大好きなお肉と、お父さんが大好き和風の味付けで、とても美味しそうですね。
お弁当にもピッタリ!

豚肉の香味黒酢蒸し(P. 13)



作者・チェッカー 高野
大根とねぎを細切りにして、お肉を巻いてレンジでチンするだけの簡単レシピでした!味はさっぱりしていたので、ぽん酢でも美味しく食べられました!

〈料理の鉄人の一言〉
豚肉とお酢で、脂を使わないのでとても体に良い一品ですね。
今はねぎもとても甘くて美味しいですよ!