

さば雲、いわし雲、うろこ雲ってあるの？

これらの雲は全てあります。
いずれも高いところに行ける
巻積雲(けんせきうん)の俗称で、
小さなかたまりがたくさん集まっています。

【さば雲】

鯖(さば)の背の模様のように波状になったもの。

【いわし雲】

鰯(いわし)の群れのように見えるもの。この雲は鰯
が大漁になる兆しだとも言われています。

【うろこ雲】

魚の鱗(うろこ)に似ているもの。



ハロウィン特別企画



店内にいる魔女さんを見つけて **trickortreat!**
と言ってお菓子をもらっちゃおう!

何人見つかるかな？

10月29日(土)3時~

実施いたします。

ぜひ、ご参加ください!!



ボジョレーヌーボーご予約承り中!

今年は11月17日(木)が解禁日です!

当店でご予約して頂くとサンユーカードに

ポイントがたまります!

カウンター前にご予約用紙がありますので

是非ご利用下さい!

ご不明な点は従業員にお尋ね下さい。

ご予約期間は11月6日(日)まで、

お渡し期間11月17日(木)~21日(月)まで



まちなかタイムズ

第24号
10月19
日号



～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-』と、いばらきのおかず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!

ふれ愛交差点から一品

(P.11)トクホ商品を使ったヘルシーポトフ



作者・チェッカー 高野
コンソメ、塩、こしょうで味付けをしましたが、
トマトの味がバッチリきいてました!
濃いめの味付けが好き
な方は多めに入れてもいい
かもしれません(^o^)

〈料理の鉄人の一言〉
トクホ商品と野菜をたっぷり
使って、とてもヘルシーですね!
トマトは煮込んでコンソメの
味付けなので、お子さんにも
食べて頂けそうな一品ですね
(^o^)

れんこんの肉巻き～潮来風～



〈材料と作り方〉

●材料 (4人分)

れんこん...120g 豚薄切り肉...8枚
塩・こしょう...少々 サラダ油...小さじ1

●作り方

- ①れんこんは皮をむいて、
5～7mmの厚さに切り、
酢水に5分位さらす。
塩、こしょうをふり、両面を焼く。
- ②肉を広げ、その上に
れんこんをのせて巻く。
- ③お好みでゆずやレモンをかける。

～完成!～