

くらし・おいしい・あたらしいようこそエネルギーのあしたへ。

# E., 7) LIVIC Room

vol. 69
2023 Winter





食材を挟んで締める昆布締めは、ねっとりと深い うまみが楽しめてお酒のつまみにもぴったり。 家庭でも簡単に作れちゃうので、おもてなしや ホームパーティにもおすすめですよ!

> 昆布締めは昆布の うまみを最もダイレクトに 感じられる料理です!

#### (今回の先生)

サカナとサウナ HOTEL&DINER 近森 光雄さん

■続■ 魚料理研究家が手掛ける を表現。サウナホテル。 国際は無料理専門店。



## 昆布締めQ&A

- ◯。なぜ昆布締めにすると おいしくなるの?
- A. 昆布に含まれるアミノ酸(うまみ) 成分)が食材に移り、また食材の 余分な水分が抜けて昆布の塩気が 入ることで、食材本来の味が引 き出されるのです。
- Q.どんな昆布を使えばいいの?
- A. 薄くてカットしやすいものが使い やすいです。高級なものは昆布の 味が強すぎて食材の味を消してし まう可能性も。スーパーで気軽 に買えるものでOK!



### 基本の作り方

基本をマスターしよう。 今回はハマチの刺身で実演。



刺身に塩を振って10分ほど寝かせる



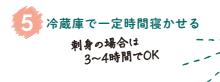
酢と酒(小さじ1)を1:1で混ぜ、 キッチンペーパーで昆布に塗る



刺身を昆布で挟む



全体をラップで包む





## Let's try!!

### いろいろな食材で作ってみよう



mmm キッチンペーパーで 水分をしっかり 拭き取ってから調理しよう

寝かせ時間 1~3日ぐらい

しっかり昆布の 風味をつけるなら 2~3日寝かせて!



各野菜アク抜きや 下茹でをして、ペーパーで 水分をしっかり拭き取ろう

寝かせ時間 1~2日ぐらい

今回は長芋、カブ、 アスパラ、 ラディッシュ!

## プロセス

酢、酒は 白ワインを塗ると 大人の味に。





ーズが高級な祭

トロッとして粘り気

た際くことでうまなしゃ

最初に塩をふって 肉独特の臭みを落とそう 焼いて食べます!

寝かせ時間 1~2日ぐらい

鼻から抜ける香りが 昆布の風味~♪



寝かせ時間は好みによって変えてOK。 山菜、豆腐などお好きな食材を試して昆布の ポテンシャルを楽しんでくださいね!

#### まずはプロの味を楽しみたい方は…



#### 読者プレゼント!

魚のまち・富山県氷見の 海の幸 昆布締め3種セット **8**名様に! 詳細はP7へ

俺を信じて!

リンナイ ガスファンヒーター

ガスファンヒーターの特徴

速暖!

スイッチONから 5秒でポカポカ

面倒な給油は いりません!



サーキュレーターを回す!

部屋の空気を循環させ、暖かい

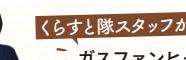
空気を部屋全体に行き渡らせよう!

ガスファンヒーターで寒い冬を 乗り切りましょう♪

冷え切った冬の朝でも、部屋全体をすぐ

暖かくしてくれるガスファンヒーター!

給油する必要がないのも魅力です。



### くらすと隊スタッフがおすすめする

ラガスファンヒーターをさらに快適に使う技 3選

#### ほかの暖房器具と 併用する

エアコンには室内温度が安定すると 消費電力が下がる特徴が。ガスファ ンヒーターで部屋を暖めてからエアコ ンに切り替えると効率◎!

実は併用するほうが 経済的~!

ガス栓



#### ▶簡単DIYで 部屋の断熱UP/

遮熱カーテンに変える、窓に断熱シ ートを貼る、隙間風テープを貼るなど 冷気を部屋に取り込まない工夫を!

寺崎 伸

北日本物産(株)

本社営業部販売課 課長



コツは床に置いて 上に向けて回す

※使用中は、1時間に1~2回(1~2分)程度換気を行ってください。

ガス栓があればすぐ使用できます。ガス栓設置工事は 半日~1日以内でできますよ!弊社スタッフにお任せください!



#### くらすと味がゆく!

### ●わが家の自慢レシピvol.20

皆さまの暮らしをアシストする 「くらすと隊」が、お客様のお 便りをもとにご家庭のレシピを

## お餅・ウインナー・オクラのピンチョス

滋賀県甲賀市 H.Eさまより

意外と相性が良いオクラ×餅、 決め手はウインナーの塩っ気です♪





#### 材料 2人分

- 大さじ1



#### 下ごしらえ

餅は1cm角に切り、500Wのレン ジで20秒加熱。ウインナー、下茹 でしたオクラは1cm幅に切る。



串に刺す

つまようじに餅、ウインナー



サラダ油を熱し、両面を焼き、



**子どもウケも** 良さそうだね!



#### Rinnai

ガスファンヒーター A-style



RC-A4401NP プラズマクラスター機能付き・リモコン付き 暖房目安 木造:~12畳 コンクリート造:~16畳





北日本物産(株) 公式



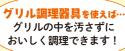


#### ガスCOLUMN グリルを開けた時のニオイ、気になりませんか?

グリルの異臭は、グリル庫内の汚れが原因かもしれません。 1ヶ月に1度はお掃除するのがオススメです。



グリル庫内のゴミを取り除き、菜箸に布を巻 きつけ、湯で溶いた中性洗剤(食器用洗剤) を含ませて奥まで差し込んで汚れをこすり落 とします。グリル使用後は、グリルを開けて 換気しましょう。









映画のロケ地の

ような風景!

国道249号沿いにあり「トトロ岩」の

愛称で親しまれる。荒波によって浸食

され今の形に。荒縄で作られた目玉が

重要伝統的建造物群保存地区を歩こう

北前船の海運業を営んだ船主・船員の居住地として栄

え、趣ある黒瓦と格子戸が特徴の町家が連なる。高台

からは美しい景観が眺望できる。「天領北前船資料館」

や県指定文化財「旧角海家住宅」なども見どころ。

てんりょうくろしま ち く

可愛らしい。

☆ 輪島市門前町大泊

しっぽり渋~い 能登探訪に出かけてみませんか?

圧巻のロケーションを誇る能登 半島・輪島市の西南エリア。海 岸段丘には江戸後期から明治中 期にかけて発展した集落があ り、潮風を感じながらディープ な歴史散策が楽しめます。

昔ながらの義理人情に あふれる温かい 地域です♪

開創700年!"禅"を 伝える曹洞宗の古刹

だい ほん ざん そう じ

1321 (元亨元)年創建。明治の大火で大半 を焼失後に再建され、現在は七堂伽藍を 約6万6000平方mの境内に構える。精 ○ 0768-42-0005 ●8:00~17:00 進料理や坐禅体験もできる。



₩無休 分大人500円、中高校生400円、

ちょっと足をのばして…

## 風情あるラウンジで一服♪

海女漁と 国指定名勝

「白米千枚田」

がモチーフ!

里海・里山

各210円

まちの人々に愛された旧・写真館の建物。 一棟貸し宿泊施設のラウンジとしてだけで なく、地元民や観光客がコーヒーや紅茶で 一息つけるカフェとしても営業。

- ☆ 輪島市門前町黒島町口74-1 旧森岡家
- **☼** 0768-42-2940 **▶**11:00~17:00

□ 月~木曜 ※宿の情報はインターネット要確認



奥能登の森の中にある オーベルジュ

能登を五感で じっくり体感 できる宿♪



里山にある集落に2023年7月にオープンした 輪島塗の塗師・赤木明登さんが営むオーベル ジュ。料理人・北崎裕さんによる旬の地元食 材を使った日本料理を心ゆくまで楽しめる。

→ 輪島市門前町内保コ 30 甲 ○ 090-6245-3737 € 44,000円 (1泊2食)、22,000円 (食事のみ) ※宿泊は1日1組、完全予約制

#### 営業所を紹介します



毎日笑顔で、 お客様との絆を大切にしながら、 活動しています。

(株)リビック能登 石川県七尾市田鶴浜町に部 24 番地



## リビックけいじば

#### 「テニスの日」イベントに リビックが協替!

恒例の「リビックテニス教室」を 開催!ちびっこからシニアまでた くさんの人が参加しました。



#### リビック特別協替 「スポGOMI」イベント!

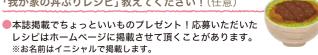
「ゴミ拾いはスポーツだ! |ゴミ拾 いを競技として楽しむイベントに リビックが特別協賛しました。

#### リピ・、, ファレーム vol. 69 アンケート (口に / をお付けください)

- ●毎シーズン、給湯器や屋外水栓の凍結対策をしていますか? □している □していない □分からない
- ●給湯器や水道が凍結して困った経験はありますか? □ある □ない □分からない
- ●上の設問で「ある」と答えた方は、どのように対処しましたか? □リビックに依頼 □他の業者に依頼 □自分で対処 □特に対処していない

予防法や修理・対応はリビックまでお気軽にお問合せ下さい! 冬前の予防が効果的です!

#### 「我が家の丼ぶりレシピ」教えてください!(任意)



貴重なご意見 ありがとう ございました

#### アンケートに答えて当てよう

アンケートと必要事項をWEBフォームにご 入力、もしくは上記ハガキにご記入のうえ、 送付してください。「レシピ」は任意です。

応募締切:2024年1月15日 📵 (当日消印有効)

※ご記入いただきましたお客様の個人情報は当社で厳重 に管理し、商品の発送やご連絡、情報の提供等に使用す る以外一切使用いたしません。アンケートは個人を特定 しない情報として保管し、今後のサービス向上のために 使用させていただきます。ご協力をお願いいたします。 ※応募締切後、厳正な抽選の上、当選者を決定し、商品 の発送をもって発表にかえさせていただきます。



☆ 輪島市門前町黒島町

料金受取人払郵便

富山西局承認

9 3 0 0 1 9 0

557

差出有効期限 2024年1月 31日まで 切手不要

富山県富山市高木 2000 番地 2階 北日本物産株式会社

リビックルーム編集室 行

お名前	フリガナ		様
ご住所	(〒 -	) 都道 府県	市 区 郡
電話番号			

#### իվիլիիսիսիսիիսիիսդեցեցեցեցեցեցեցեցեցեցեցելիի

私たちに対するご意見、または日頃の疑問、 お困りごとなどなど、なんでも自由に お書きください。



スマホの カメラで 読み込んで ください!

---- キリトリーン8--

#### 発行元 北日本物産株式会社 リビックルーム編集室



〒930-0106 富山県富山市高木 2000 番地 TEL 076-424-1721 URL http://www.livic.co.jp/ E-mail info@livic.co.jp

(株)リビック富山 (株)リビック金沢 (株)リビック能登 (株)リビック福井 (株)リビック長浜 (株)リビック長野 (株)リビック相模 (有)リビック松島 北日本物産(株)

富山東〈営〉リビックカスタマーセンター

小 松〈営〉 リビックカスタマーセンター

長 岡〈営〉 リビックカスタマーセンター 上 越〈営〉 リビックカスタマーセンター

新 潟〈営〉 リビックカスタマーセンター 熊 谷〈営〉 リビックカスタマーセンター

吉 川〈営〉 リビックカスタマーセンター

千 葉〈営〉 リビックカスタマーセンター



Vol.20 鶏SOBAスプーンヌードル

石川県鹿鳥郡 中能登町

### 隠れ家店で味わう

化学調味料等不使用の自然派絶品ラーメン!

石川県中能登町の住宅地に、2020年2月にオープンしたラーメン専門店。 元はBARを営んでいた店主が作るこだわりのラーメンが話題を呼び、時間帯 によっては行列ができるほど多くの人が訪れています。

看板メニューは「鶏SOBA」(1000円)。名古屋コーチンを6時間炊き上げ、数 種の牛揚げ醤油と合わせたスープはコラーゲンたっぷり。鶏の旨味をダイレク トに味わうことができ、麺によく絡みます。そのほか、氷見産煮干しと鶏、魚介を あわせたスープが楽しめる「煮干し醤油SOBA」や、11種類の食材が醸し出す 滋味深さが特徴の「煮干し塩SOBA」(各950円)もおすすめ。どれも素材の味 を生かした優しい味わいです。能登を訪れたならぜひご賞味あれ。







ガス使用中ロ

左上:煮干し醤油SOBA と肉ごはん(250円) 右上:住宅地に佇む

#### SHOP DATA

#### 鶏SOBAスプーンヌードル

○石川県鹿島郡中能登町高畠へ部21-1

**2**090-8260-1278

**□**11:00~15:00 毎月・火曜、12/24~25

アクセス JR七尾線・能登部駅から車で5分