

リビック・ふれオ 暖かくて便利、だからガスファンヒーター!

給油の必要がない

燃料切れの心配がないLPガスだから、寒い中、面倒な給油作業をする必要がありません。だからキャップの締め忘れ等による横転事故の心配もありません。



5秒で速暖

点火まで5秒、しかもガスならではの立ち上がりの速さで、お部屋のすみずみまですぐに暖かくなります。



ガスファンヒーターにすると、今年の冬は、こんな暮らしになる!



嫌なニオイがしない

点火や消火の時にニオイがないのでいつも爽やかです。



機能が充実

寒い朝にうれしいおはようタイマーやいろんな安全機能が充実しています。



ガスファンヒーターをご利用いただくと
ガス暖房料金適用で
ガス代がお得!

ご購入・リースは、リビックの担当者までお気軽にお申し付けください。

リビックファミリーからのメッセージ 小説からマンガまで!? わたしのおすすめ本!!

三国志 (漫画・小説諸々)

リビック関東
山村 友彦



壮大なスケールでくり広げられる熱い戦いや駆け引きは誰もが魅入られるストーリーだと思います。有名な人物が多く、ご存知の方も多いかと(^_^)

こちら葛飾区亀有公園前派出所 (秋元 治)

リビック能登
船山 維人



現在186巻という超長期連載の中にも常に新しい話題を取り込んで、長く読んでいても飽きません。解説も付いているので普段の話題作りにも役立つ一冊です。

ドカベン (水島新司)

リビック長野
中嶋 希望



全48巻持ってます(笑)。高校野球を舞台に、主人公、山田太郎をはじめ、個性豊かなキャラクターが多いのも魅力。今でも甲子園を目指したくなります。

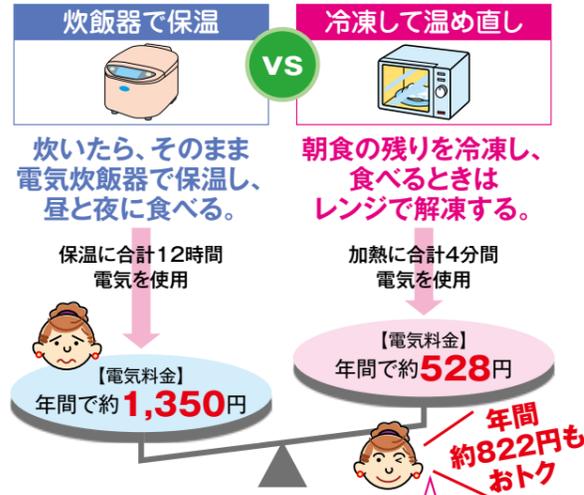
つぶやきメモ

編集後記

私が幼い頃、祖父の家には、柿の木がありました。毎年秋になると祖父が屋根に上り、孫の私たちの為に柿を採って食べさせてくれました。7年前に祖父が亡くなってからは、柿の木の存在すら忘れていましたが、先日、一人暮らしになった祖母宅に遊びに行った際に、柿の木が無くなっている事に気づきました。もう柿を採る人がなくなったのと、柿が下に落ちるのを嫌って、木を切ってしまったのだと祖母が寂しそうに言いました。私のもと、祖母の家に遊びに行って柿を採ってあげていれば切らずに済んだのかなあと申し訳なく思いました。今度の休みには曾孫を連れて祖母に会いに行こうと思います。(タニグチ)

リビック☆エコライフ作戦

炊飯器で保温すると、いつもホカホカのご飯が食べられますが、意外に電気を使っています。オトクでおいしいごはんの保存方法をお教えます。



おいしく食べる冷凍保存方法
味が落ちる前に、ラップなどで一膳分を平たく包み、急速冷凍で脱水状態にすれば、おいしく保存できます。

《設定条件》
年間300回炊飯、電気料金 22円/kwh
電気炊飯器/保温時の消費電力 17w、保温時間 12時間
電子レンジ/消費電力 1200w、1回2分間加熱(2合)、1日2回使用

WELCOME TO LIVIC ROOM

リビックホームページ www.livic.co.jp



彩リギョと抱きしめ号



出逢えてよかったと思える場所、
どれだけありますか?

<長野県 戸隠高原 鏡池にて>



今月の表紙は、
リビック長野(長野県)

戸隠高原は、長野と新潟の県境近くにある戸隠連峰の中腹に広がる自然の宝庫。中でも人気のある場所が鏡池で、水面に山々の急峻な岩肌や周囲の木々の姿を、その名前の通り、鏡のように映し出します。

10月上旬~下旬頃になると、モミジ、カエデ、カラマツ、ウルシなどの木々が赤や黄色に染まり、ひとさき美しい景観に心奪われます。アマテラスオオミカミが高天ヶ原の天の岩戸に隠れたとき、岩戸を投げ飛ばすと世に光が戻り、飛ばされた岩戸の半分が戸隠山になったと言われるだけに、幻想的な雰囲気があふれます。ぜひ一度訪れてみてください。

■戸隠高原…上信越自動車道 長野ICから約30km 約60分
■松川渓谷…上信越自動車道 須坂長野東ICから約20km 約40分

長野県松川渓谷の雷滝

暮らしにサブリ
秋のフルーツ、柿の魅力を再発見。

リビックのびっくり
最新ガス炊飯器「直火匠」おいしさの秘密はこれだ!

みんなの投稿ボード
わが家のおすすめ炊き込みご飯

ほのぼの散歩道
四川料理 きりん 様(長野県)

平成25年度
富山県産コシヒカリの新米
ひぞっこ倶楽部
おすそ分けサイズ(1.4kg)を1袋

サンキュー
39
名様に!



アンケートハガキで
ご応募ください!



株式会社リビック 〒930-0083 富山市総曲輪三丁目1番7号 ☎076-424-1721
URL <http://www.livic.co.jp> E-mail info@livic.co.jp

PRINTED WITH SOY INK. リビックルームは、環境に配慮して、大豆インキを使用して印刷しています。

2013.010



LIVING INFORMATION FOR BETTER COMMUNICATION

秋のフルーツ、柿の魅力を見直し。

柑橘系や南国のフルーツに押されてか、年々人気は低下していると言われていたのが、日本の秋を代表する果物の柿です。栄養価が高く、豊富な栄養成分をバランスよく含む柿を見直してみませんか。



◎こんな症状のある方は、注意してね! ▶ 貧血・冷え性・妊娠中・産後・病後・胃腸の弱い方

柿って、人気がないの?

かつては庭先に柿の木があった家も多く見られましたが、最近ではめっきり見かけなくなったように思えます。また店先でも海外のフルーツと比べると、日本古来の「柿」の人気は、あまり振るわないようです。



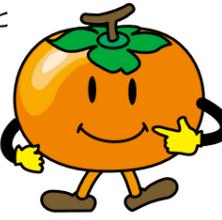
シブいものが混じっていたり、当たり、ハズレがあるのよね。

すぐに熟れて、グジュグジュになったら、もう食べられないよ!

食べたら身体が冷えるし、栄養なんてあるのかしら...

実は、柿は栄養満点の自然食品。

柿は栄養価が高く、ビタミンC、A、B1、B2のほか、ポリフェノール(タンニン)などが含まれ、**風邪予防**や**美肌効果**も期待できます。また柿のオレンジ色にはβカロテンが含まれ、ビタミンCとともに強い**抗酸化作用**があります。渋みの成分であるタンニンは、**血圧上昇を抑え**たり、ビタミンCと協力して**二日酔い予防**にも効果を発揮します。



◆ **ビタミンCは、みかんの約2.5倍**



◆ **ポリフェノールは、ぶどうの約5倍**



ちょっとアレンジして、柿の栄養を美味しく、まるごといただきます。

柿スムージー 便秘解消・美肌

デザート感覚で楽しむドリンク

うっかり食べる時期を逃して、熟れ過ぎた柿はありませんか。完熟柿のジュークジュークした食感が苦手という人が多いようですが、そのとろみはスムージーにぴったり。生の柿を食べることと同じなので、食物繊維を豊富に摂れ、便秘解消にも効果的です。

【作り方】
柿の実をスプーンでかき出し、ヨーグルトと一緒にミキサーにかけ、ハチミツで甘さを調整します。

材料	1人分
完熟柿	1個
ヨーグルト	100cc
ハチミツ	適量

柿チップス 疲労回復・二日酔い

柿の旨みたっぷりの手作りお菓子

渋柿があったら干してみてください。乾燥させることで、渋さが取れ、栄養素も凝縮します。無添加でヘルシーなおやつとして最適ですし、アルコールの吸収を抑えてくれ、利尿作用もあるので、おつまみにすれば二日酔いの予防にも効果が期待できます。

【作り方】
皮をむき、厚さ5mm程にスライスし、風通しの良いところで7日ほど乾かします。手軽に作るなら、110℃のオーブンで表裏約40分づつ焼きます。

材料	適量
渋柿	

おいしい柿の見分け方

キレイで、果実に張りついたようにすぎ間がない。
重みがある。
張りりとツヤがある。
全体的に色づいている。

渋柿をアルコールで甘く!

柿のヘタ部分を焼酎など30~40%のアルコールにつけた後、新聞紙でくるみ、ビニル袋等で1週間ほど密封しておく、渋さを感じなくなります。



ヘタを湿らせれば長持ち

柿はヘタから水分が蒸発し、柔らかくなっていきます。そこで、湿らせたティッシュをヘタにあて、新聞紙で包み、ヘタを下にして冷蔵庫の野菜室で保存すると、10日間ほどシャキッと食感が保てます。



最新 Rinnai ガス炊飯器 **直火匠** じかびのたくみ

おいしさの秘密はこれだ!

直火匠で炊いたおにぎり199個を食べてもらって、

93%の方に「おいしい!」と評価をいただきました

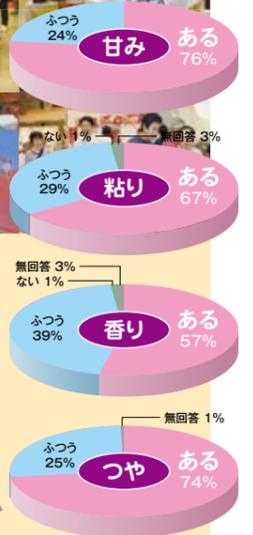


たくさんのご意見ありがとうございました!

- ★家のガス炊飯器よりおいしかった
- ★米に弾力がある
- ★べちゃべちゃとは違う、やわらかさを感じました
- ★粒がしっかりしている
- ★他のおかずが無くても、ごはんだけでおいしかった
- ★子供が喜んで完食!

Q.少量のお米を炊いてもおいしいのですか?—A. はい、そうです

Q.欲しいけれど、価格が心配です—A. リビックの担当者にご相談ください



直火匠 おいしさの秘密

ごはん本来のおいしさを引き出す **本焚白米モード**

かまどの伝熱形態を再現し、釜下から直火による強火力で、釜全体を熱して強い熱対流を発生。お米一粒一粒までしっかり加熱し、粘りや甘み、おこげの風味が際立ったごはんに炊き上げます。



発生した強い熱対流が、お米をまんべんなく加熱して均一に炊く。

直火の能力を最大限に活かす **蓄熱厚釜**

直火匠の釜は、軽く、熱伝導率に優れ、ご飯をおいしく炊くのに適したアルミ製です。ガスの直火との相性もよく、加熱や高温を維持しやすいため、熱がムラなくしっかり伝わり、炊き上げや蒸らしを効果的に行うことができます。



- 最高約1200℃の炎で一気に炊き上げる!
- 対流を起こし、米を包み込んで炊く!
- 厚底・薄壁・広浅形状の釜でムラなく炊く!
- 多様な好みに応える調節モード!



埼玉県 Iさまより
余った大根や
かぶの葉を
使って

富山県 Uさまより
大人の
味です

滋賀県 Nさまより
なんと
味付けは
焼肉のタレのみ

菜飯

生姜と揚げの
炊き込みご飯

焼肉のタレで
炊き込みご飯



わが家のおすすめ 炊き込みご飯



直火匠で
炊きました

ガス炊飯器「直火匠」は「直火」だから、香ばしいおこげも自在。「もちもち」と「おこげ」の具合をかんたんに調節できるので、ご家庭のお好みに応じた炊き込みご飯が出来上がります。

レシピ：ツナと塩昆布だけ炊き込みご飯

材料 2合(3~4人分)

米……………2合 酒……………大さじ1杯
ツナ缶(ライト使用)…1缶 刻みネギ……………適量
塩昆布……………約25グラム

準備

お米は研いでから30分以上浸水させ、水を切ります。



作り方

- 炊飯釜にお米、軽く油を切ったツナ缶と塩昆布、酒を入れ、2合の線までお水を入れて普通に炊きます。
- 仕上げに刻みネギを振りかけてできあがり。

長野県 Sさまより
カニ缶と
あじだしの
旨みか
ご飯に凝縮!

長野県 Iさまより
調味料が
要らない!

カニ缶あじだし
炊き込みご飯

ツナと塩昆布だけ
炊き込みご飯

その他のレシピは、[1クリックホームページへGO!](#)

たくさんのご応募ありがとうございました!

投稿募集 次回のレシピの テーマは

「たまごが主役のおすすめレシピ」



本誌掲載の方には
ちょっといいもの
プレゼント!

「たまごが主役のおすすめレシピ」大募集! ★本誌掲載で景品進呈! ゆでる、焼く、蒸る、そして生でもおいしい料理が作れるたまご。そんなたまごを使ったおすすめレシピを教えてください。 ※記入はご自由です。お気軽にお書き下さい。

アンケートに答えると、富山の新米が当たる!

- ※プレゼントの詳細は裏面へ
あてはまるものに✓をお付け下さい。
- 本誌掲載のガス炊飯器「直火匠」についてどう思われましたか? (複数回答可)
 - 興味がある 使ってみたい ご飯がおいしく炊けそう
 - ガスだと焦げそう ガスだと不便そう
 - 値段が高そう 興味ない
 - その他 ()
 - ご自宅で炊飯する際の調理器具は何ですか?
 - ガス炊飯器「直火匠」 その他のガス炊飯器
 - 各種電気炊飯器 炊飯鍋、土鍋 炊飯器は無い
 - 次に炊飯器を購入するとしたら、重視する項目は? (複数回答可)
 - 本体価格 味 炊飯時間 大きさ(スペース)
 - 便利機能(保温、タイマー) 調理機能(炊分け)
 - その他 ()

貴重なお意見ありがとうございます。プレゼントの応募締切は平成26年1月10日です。

調味料から手作りの、こだわり中華。

長野県長野市にある「四川料理 きりん」さんは、リーズナブルに本格四川料理が味わえるとあって、お昼時にはサラリーマンや女性の方に人気で行列ができるお店です。



柔らかい笑顔が印象的なオーナーシェフ、市之宮さんが語る、四川料理の魅力は、「味や調味料の多彩さ。また野菜と肉のバランスが良く、それらのほとんどが中華鍋ひとつで出来てしまうところ」だそうです。



坦々麺 1,000円

きりんさんで特におすすめなのが「坦々麺」です。太麺にしっかり絡むスープは、けっこう辛いのですが、四川の調味料の奥深い旨みたっぷりで、クセになる味です。お客様に美味しいモノを食べて頂きたいと

いう一心で、料理に使われる豆板醤や甜麵醬などの調味料は全て手作りされています。常に探究心・向上心を忘れない市之宮さんの人柄や料理に惹かれて来店される方も多く、取材させていただいた私もその一人です。

「四川料理では、炒めものなどの仕上げとして強い火力が欠かせません。火は食材と並んで重要な存在なので、ガスの強火は手放せないと嬉しいお言葉もいただきました。

多くのお客様に気軽に四川料理を楽しんでいただくために、季節のおすすめ料理やコースメニューなども工夫されています。



カキの四川炒め 1,400円

「11月～3月の時期は兵庫県赤穂産のカキを使ったカキの四川炒めがお奨めです」と市之宮さん。

ぜひ、お近くに寄られた際には四川の味を召し上がってみてください。



四川水餃子 1,000円

リビック長野 編
ほのぼの散歩道
長野県
四川料理 きりん様



カフェ風のかわいらしい店構えですが、料理の味は本格派です。

- 所在地
長野県長野市中御所1-15-18
- ホームページ
<http://shisen-kirin.com/index.html>
- TEL/026-225-1519
- 営業時間/
11:30~14:00
17:30~21:30(L.O. 21:00)
- 定休日/日曜、祝日
- 駐車場/3台
- 座席/15席
- 【おすすめコース料理】
おすすめ1,300円コース
(料理3品)
おすすめ2,500円コース
(料理4~5品+スープ、デザート)

暮らしワクワク
グッズが当たる!
アンケート
プレゼント

応募方法

下記のハガキ裏のアンケートにお答えいただき、「たまごが主役のおすすめレシピ」(任意)、必要事項をご記入の上、ポストへ投函してください。

応募締切り：2014年1月10日



おいしい富山県産コシヒカリの新米
「ひぞっこ倶楽部」(平成25年産)
おすそ分けサイズ(1.4kg)1袋を
39名様にプレゼント!

切り取ってご応募ください。

LMNC

リビック
何でも
意見箱

私たちに對するご意見、または日頃の疑問、お困り事など
など、何でもご自由にお書き下さい。

〒

フリガナ	年齢
お名前	歳
ご住所	都 道 府 県
電話番号	

料金受取人払郵便
富山南局承認
4466

差出有効期間
平成25年1月
10日まで
切手不要

富山市総曲輪三丁目1番7号
株式会社リビック
リビックルーム編集室行

9 3 9 8 7 9 0

サンキュー
39
名様に!

「ひぞっこ倶楽部」は、北アルプスのミネラル豊富な水資源に恵まれた富山平野でつくられたコシヒカリの傑作です。その穫れたての新米をプレゼントします。ふるってご応募ください。

※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、賞品の発送やご連絡、情報の提供など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。
※抽選当選：応募締切り後、厳正な抽選の上、当選者を決定し、賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。