



挽き方が可能ですが、スパーの薄切り肉でもOKです。まな板の上でトントン叩いて好みの粗さにしましょ。牛3豚1ぐらいいの割合でお試しください。
②たまねぎ

生でも炒めたものでもOK。ただし炒めたものはよく冷やすこと。

③肉は常に冷えた状態に

肉を混ぜる時は熱に気を



(7) ソースも一手間
ケチャップにソースを混
ぜる定番も良いのですが、
シチューの固形やハヤシラ
イスのソースを使うのもア
イデアです。さらに赤ワイン
も加えると一層美味にな
ります。



お知らせ は土曜市。
おなじみ野菜・果物の大
特価市です。みかんの季
節がもうすぐ終わりに
なりますが、今がコクが
あっておすすめです。イ
チゴは質・量ともに最
盛期に入りました。この
他にもお買得品をたく
さん用意します。

美味のツボ 第3回「ハジバリガの裏技

今も昔も人気の高い洋食の定番料理。つい冷凍食品ですませていませんか？もちろん最近のハンバーグは美味しくできますのでも、それでも良いのですが：でも、だからこそ美味しくするヒントがいつもあります。今日は手作りでいつもと違うご馳走ハンバーグを。

①ひき肉も手作り

なじみのお店をお持ちの方なら頼んで好みの配分。挽き方が可能ですが、ステーキの薄切り肉でもOKです。まな板の上でトントン叩いて好みの粗さにします。牛3豚1ぐらいいの割合でお試しください。

②たまねぎ

生でも炒めたものでもOK。ただし炒めたものはよく冷やすこと。

③肉は常に冷えた状態に

肉を混ぜる時は熱に気を

つけましょ。一
か、木べら等を生
に粘りがでるま
しょ。

④ **ネタは休ませ**
ハンバーグの
たら冷蔵庫で30分
ましょ。焼くは
まりません。焼くは

⑤ **味付けは最後に**
塩・コショウは
ましょ。最初
と肉から水分が
ます。

⑥ **ネタは薄く**
オーブンがあ
問題ないのです
パンだけで焼く写
伸ばして両面で
れる程度に。ス
で。

⑦ **ソースも一手間**
ケチャップに
せる定番も良い
シチューの固形

間
に
不夕ができ
手を冷やす
で頑張ります
る
ソースを混
のですが、
が、フライ
場合は薄く
丁度焼きき
アーキ感覚
やハヤシラ

☆地金相場高騰の今がチャンス!!
金・プラチナ

専門の業者が鑑定にきます

出張買取 **基本的に買取りのみです**

※ご不要になった貴金属まとめてお持ちください
その場で査定して現金でお支払いいたします。



2)



携帯電話で読み取れる
バーコード（QRコード）
クイックレスポンスが語
源）は、雑誌や広告の角
によく見かけますが、街
の中ではあまり見ません
し、まだ多くの人が利用
しているメディアとは言
えないようです。

京都市の観光案内

このバーコードを活用
した例として有名なのは
京都市の観光案内で、観
光客や市民が、バス停の
観光案内図板に表示した
バーコードを携帯電話で
読み取り、Webサイト

にアクセスすると、観光施設やバス情報などを簡単に見ることができます。このバーコードの利点は、長いURLを入れる必要がないこと。パソコンのキーボードならともかく、携帯電話ではn a k a g o m iと入れるだけでも15回キーを押さなくてはなりません。これがバーコードを読むだけなら4～5回の操作ででき、たくさんの文字情報を取り込むことができます。

るという使い方や、ネット上ではこのQRコードで日記や小説を掲載している例もあります。

中込のバス停にも掲示

このほど、佐久地方事務所のご指導とご協力により「中込橋場・駅入り口」バス亭の商店街看板にこのバーコードを張りました。グリーンモールを結ぶ横断地下道のある所です。ポスターサイズの大きなもので、ケータイのバーコードリーダーをマクロ（近接撮影）にしなくとも、45m離れた所から読み取れます。