



おもしろ食べ物紀行第33回 奇跡の食物「アロエ」の話

世の中健康ブームです。野菜でも有機栽培・無農薬栽培等がもてはやされており、もちろん食べ物も扱ってお店やご家庭の料理をなさる方にも共通な話ですが、食が欧米化された今の食生活におきましては、パランスのとれた食事を摂

ることが大事になります。そこで今回は医者いらず、ふだんは軟膏として有名なアロエをご紹介します。

かのクレオパトラやアレキサンダー大王も愛用してやまなかつたアロエベラには、一つの食材としては驚異の栄養と効能があるといわれています。多糖類・アミノ酸・酵素類・ミネラル類・ビタミン類が含まれ、一例としては、目に良い・便秘に効く・新陳代謝の向上・体内の毒素を排出などいろいろ。

見た目はサボテンのようでも、ニンニク・玉ねぎと同じユリ科の植物です。ただ、ゼリー部分がぬるつとしてるので、ここが栄養の大事な部分。苦手な方もいらつしやるでしょう。

アロエベラを継続して健康のために意外に多くの方が摂っており、もし興味がありましたらぜひ当店へお越しください。なまアロエベラ料理をご用意しております。(by グルマン丸山)

中込の snacks で一番安く飲める店!!

若い女の子在席9名♡ (安心)

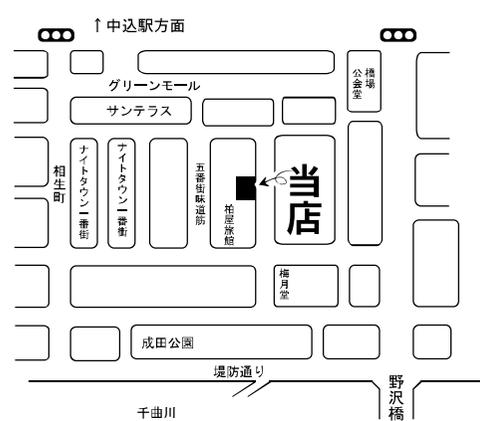
カラオケ ♪♪

とにかく安く楽しい (明朗会計)

一度来て見て下さい。

中込2丁目20-5 **スナック リンドウ**

☎63-5341



大好評 新年会・同級会プラン!

うまい!! 安い!! 暖かい!!

☆ 宴会料理 お一人様 2,100円~

○ 鍋・御刺身・焼鳥・各種一品料理

・御飯物など、大満足な料理でおもてなし。

御料理、飲み放題
ご予算に応じます。
お気軽にご相談下さい。

営業時間 PM 6:00~AM 1:30 日曜日定休

味の店 焼き鳥 さらさ

中込ナイトタウン一番街 ☎62-5429

いよいよ鍋にビールがうまい季節です

ハムは生で食べてもいいの?!

以前、読者アンケートでご質問がありました。加工品や精肉の保存などについてお届けします。

ハム・ソーセージ・ベーコンは加熱しないで食べてもいいのですか?

ハム・ソーセージ・ベーコンなどの「食肉製品」は、加熱殺菌、乾燥・熟成などの製造過程によって、そのまま食べることができると製造されているので、「加熱して食べてください」などの記載がない限り、加熱する必要はありません。

ただし「生ソーセージ」などの名前で販売されている製品は、調味したひき肉をケーシング(ハムやソーセージを包む薄い膜状の袋)に充填詰めることしたただけなので、生ハンバーグなどと同様に「食肉」に分類されています。そのため、必ず加熱して食べましょう。

ハム・ソーセージ・ベーコンは冷凍保存してよいのですか?

ハム・ソーセージ・ベーコンは、冷凍すると食感が風味が損なわれるおそれがあるため、冷凍保存はあまりおすすめできません。

しかし、食べきれない場合は、1回分ずつ小分けしてラップでしっかりと包み、冷凍専用の袋などに入れて冷凍しましょう。

また、解凍は、「低温で時間をかけること」がうま味を逃がさない秘訣なので、冷蔵庫に移してゆっくり解凍しましょう。

ハム・ソーセージ・ベーコンはどのように保存したらよいのですか?

ハム・ソーセージ・ベーコンは、空気や光に触れると退色や変質・乾燥の原因となります。

そのため、開封後はラップでしっかりと包み、できるだけ空気に触れないようにし、商品のパッケージに記載されている保存方法で正しく保存してください。

また、一度開封すると保存性は著しく低下するので、賞味期限にかかわらずなるべく早く食べましょう。

引用：社団法人日本食肉協会 食肉加工品の知識

食肉の保存

精肉は、ある程度は保存した方が味も風味も良くなりますが、通常は流通する間に「ねかす」過程は新しいうちに食べましょう。

冷蔵保存する場合は0度が適温ですが、新鮮な豚肉でも3~4日が限度です。

特に鶏肉は水分が多く、保存があまり効きません。鮮魚と同じと考えた方がよいでしょう。

冷凍する場合は、前述の加工品と同様に、1回分ずつ小分けする。空気を遮断する。できるだけ速く凍らせ、ゆっくり解凍する。...などに気をつけましょう。

精肉店の立場からすると、あまりまとめ買いたくないで、1~2日分ずつ小まめに買っていただきたいというのが本音です。

少量でもお気軽にお申し付けください。(井出精肉店)

蜜柑ふるる 万上温州蜜柑酒

和歌山県の陽光に育まれた温州蜜柑をふだんに使用した、果汁感あふれるにがりタイプの蜜柑のリキュール。もぎたての蜜柑を食べるように、さわやかで心地よい香りと果皮由来のほのかな苦み、はじける新鮮さをご堪能ください。限定品につきご用命はお早め!

アルコール度 10% **500ml 1,050円**

檸檬きらら万上にがり檸檬酒 (500ml 1,050円)

あまおう梅うる万上梅酒 (500ml 1,365円)も、数量限定で好評発売中です。

中込駅前グリーンモール リカー&ギフトプラザ

マルトオーツカ

☎0120-620102 毎週水・木は3倍

新年会・同級会 御予約承り中

料理3,000円より

鍋料理他 御希望により調理致します。

※ご宴会のお客様 展望風呂入浴無料

お得な飲み放題プラン

プラス2,000円 (2時間)

心ゆくまでお酒を楽しめるお得なプランです。

日本酒、ビール、焼酎、ジュース、ウーロン茶

10名様以上バス送迎無料

ホテル **ナガジマ**

TEL 0267-62-6200 佐久市中込2-14-30

御予約お待ちしております