

地域密着 松本市大手にある顔が見える不動産屋さん(^_^)不動産の購入 & 売却のご相談はお気軽に～



ひまわり通信

ひまわり不動産(株) 松本市大手 1-6-31

<第12号>

2022年3月

TEL: 0263-31-3950

HP: [松本市 ひまわり不動産](#)で検索



HIMAWARI

【牡蠣のカンカン焼き】

こんにちは！松本市大手1丁目にある不動産会社『ひまわり不動産』代表の増澤京子です。
『ひまわり通信 第12号』をお送りいたします。どうぞよろしくお願いいたします。
昨年からの計画では、2月にお義父さんとお義母さんと私達夫婦で伊勢志摩へ旅行に行く予定でした。
でもコロナウィルス第6波の猛威で、やむなくキャンセルに。。仕方ありません。
この時期は牡蠣が美味しい季節じゃないですか！宿泊も牡蠣尽くしの宿を予約してたんです。
みんなで牡蠣三昧を楽しみにしていた今回の旅行。せめて現地で食べる予定だった牡蠣を自宅で食べる事にしよう～『牡蠣のカンカン焼き』ってご存知ですか？伊勢志摩産の生牡蠣が一斗缶に入って宅配で届く商品です。食べ方は・・・缶に入った牡蠣にお酒を振ってそのままコンロでスイッチオン！付属の軍手をはめて牡蠣ナイフで貝柱を切って殻を開けます。アサリと違ってパカッと開かないからこれがなかなか難しい。牡蠣好きの旦那さんが担当で、上手に次々と開けていきます。殻いっぱいに入った蒸し牡蠣は身がふっくら。大きな口を開けてそのままツルリのパクリ。海水のほど良い塩味が唯一の調味料。旨味が凝縮していて美味しいっらないの。自宅でこんなに美味しい牡蠣が食べられるなんて。リピート決定で～す。

なかなか遠出が出来ない昨今。こうなったらお家生活を楽しむしかないですね。

例えば食事。毎日のおうちご飯も良いけど、時にはお取り寄せで県外の食材を楽しむのも楽しいものです。

さて、今回の旅行は中止ではなくて延期。家族で足を延ばして現地で美味しい牡蠣を食べる事を楽しみにしています。



【健康ダイエット日記】

調理方法は色々ありますが、このところ蒸し調理を心掛けています。蒸し器ではなくて、オーブンレンジの蒸し機能を使って蒸すんです。例えば、ブロッコリー。ふつうはお湯をたっぷり沸かして熱湯で茹でますよね。それをスチームオーブンで蒸すんです。お湯を沸かす手間もいらぬし、野菜の旨味が凝縮している気がします。慣れないうちは野菜が硬かったり、逆に柔らかすぎたり。。でもせっかくのオーブンレンジの蒸し機能。コンロと併せて調理すれば時短にもなります。これからは、お肉やお魚でもヘルシーで美味しい蒸し調理に挑戦してみたいと思っています。

【発行者プロフィール】

名前: ひまわり不動産(株)

代表取締役 増澤京子

誕生日: 1964年6月1日 松本市生まれ

血液型: O型

出身校: 田川小学校・丸ノ内中学校・

蟻ヶ崎高校・大妻女子大学短大卒業

尊敬する人: 両親

自分の性格: 真面目、天然と言われる

趣味: 早朝ウォーキング

旦那さんとの晩酌タイム

座右の銘: 「早寝・早起き・朝ごはん」

「貯金より貯筋」

「希望に起き・努力に生き・感謝に眠る」 増澤 京子

