

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～



HIMAWARI

ひまわり通信

ひまわり不動産(株) 松本市大手 1-6-31

<第36号>

2024年3月

TEL:0263-31-3950

HP:松本市 ひまわり不動産で検索



【すんき蕎麦】

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36号』をお送りいたします。どうぞよろしくお願ひいたします！

信州と言えばお蕎麦。地域ごとに美味しいお蕎麦が食べられて楽しいですね。

冷たいざる蕎麦も良いけれど、この時期の私は温かいかけ蕎麦派。

この季節のかけ蕎麦と言ったら・・・『すんき蕎麦』！

『すんき』は、木曾地方の伝統的な赤カブのお漬物。健康ブームで脚光を浴びているようです。

と言うのは、お漬物なのにお塩を使わずに乳酸発酵して作られる発酵食品だから。昔の人々の知恵と工夫で作られた木曾の郷土食です。

そこで小木曾製粉所で期間限定の『すんき蕎麦』食べました～！『すんき』の独特な酸味とシャキシャキとした食感がかけ蕎麦にピッタリ！『すんき』の上につぶり盛られたかつお節も Good なの～。

食べた後、大盛りになればよかったと後悔しきり。。次回行く時は絶対大盛りを注文しようっと。

自宅で『すんき蕎麦』を食べるなら、この時期だけツルヤさんで『すんき』が買えます。意外とお高いのよね～。手間ひま掛かっているのでしょうかね。

小木曾製粉所の真似してかつお節をつぶり、卵も落として出来上がり～

頂き物の半生蕎麦を使ってお家で『すんき蕎麦』を楽しみました。

その地域で採れたものをその地域で頂く『地産地消』。昔々はそれが当たり前というかそれしか策が無かっただろうけど、一番理にかなってます。

自然に恵まれた信州で暮らせて本当に幸せです。



【健康ダイエット日記】

休日の晩ごはんは、良く揚げ物をする我が家。カロリーが高いのは重々承知なんだけど、美味しさには敵いません。特にこの時期の『牡蠣フライ』。寒くなるごとに旨味が濃くなって、牡蠣の一番好きな食べ方です。

それと『わかさぎのフライ』もこの時期の定番です。独特なほろ苦さがたまりませ～ん。

子供の頃、家族で諏訪湖の穴釣りした思い出があります。釣り糸を垂らした瞬間ジャンジャカ釣れたわかさぎ釣り。このところ諏訪湖も凍らないし、穴釣りは過去の思い出になるのかしら。。

【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 (旧姓:小林)

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:早朝ジョギング

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

