

簡単!ヘルシークッキング

油で揚げないからヘルシート
両面焼きグリルで簡単クッキング
おやつにもおつまみにもOK!



①皮を用意します。

②具を包みます。

③両面グリルを使って焼きます。

春巻きの皮は三角になるように半分に切ります。

細切りにしたサラミソーセージとチーズをのせて細長くなるように包み、巻き終わりを水溶き片栗粉で止めます。

グリルを上下弱火、4分に設定します。アルミホイルの上のせて、表面にサラダ油をからめ、そのままグリルで焼きます。端が焦げやすいので、アルミホイルで囲いましょう。
※続けて焼く時は時間を2〜3分に変更してください。



デザートにもぴったりレ
チョコレートやバナナを
入れたらデザートに早変わり。
好きな具材を巻いたら
③と同じように焼いて
できあがりです

ダッチオーブンで
パンも作れます!!



ノーリツ(株)レシピより

☆材料☆(8本分)

- 市販の春巻きの皮...4枚
- ピザ用チーズ...80g
- サラミソーセージ...適量
- 水溶き片栗粉...適量
- サラダ油...適量

▶アンチョビペーストを塗るとさらにおいしい大人の味になります▶

※市販の春巻きの皮10枚入りで20本用意できます。

●グリル基本機能●



グリルで焼く

水無し両面焼グリル
上直火・下バーナーで裏返さずに早く焼けます。グリル皿には水を入れる必要がありません。焼きムラも少なく、こんがり直火で焼き上げる遠赤外線

グリルタイマー
設定した時間で自動で火を消すので、消し忘れがありません。魚料理はもちろん、トーストやクッキーなどの調理も楽しめます。



ノーリツ(株)レシピより

パレイションを楽しむなら



デザートにもぴったりレ
チョコレートやバナナを
入れたらデザートに早変わり。
好きな具材を巻いたら
③と同じように焼いて
できあがりです



トトお店紹介トト 元禄



住所:安城市横山町浜畔上2-1
営業時間:朝10:00~深夜2:00
(最終受付深夜1:00)
休日:年中無休 駐車場:有り
電話:0566-76-6696

身体のコリ・こころのコリを
もみほぐす。
リラクゼーションを
癒しの空間



男女問わず手軽に立ち寄る
ことができ、会社帰り・お買い
もの帰りでも着替えを貸して
もらえるからうれしい。
フカツレンタルの隣にあるから
レンタル返却しながらちょっと
立ち寄ってみて!
☆おすすめコース☆
60分コース
2,980円(税込3,120円)
※他にもコースあります



住所:知立市逢妻町西栄12-6
営業時間:
平日 11:00~14:30(L014:20)
17:30~20:30(L020:20)
土日祝 11:00~14:30(L014:20)
17:00~20:30
休日:月曜日・火曜日の夜
駐車場:有り
電話:0566-83-7377



肉せいろそば(並盛) ¥900

★クーポンの内容★
めん類 100円引き!
3名様までご利用できます



こだわりの
自家栽培・自家製粉の
石臼挽きそば☆

4年前に先代から引継ぎ、
今年で創業35周年。
そばの実の栽培から手がけ
製粉したそばは、のどごしがよ
く香り豊かです。
地元の食材を使ったメニューは
新鮮で他では味わえません。
ほのかに香るゆずと、くせにな
る肉汁つゆがたまらない「肉せ
いろそば」は人気のメニューです。

☆オススメ☆
平日限定セット
カレーうどんセット.....880円
肉うどんセット.....880円



★クーポンの内容★
通常 60分 3,120円(税込)のところ
10%off! 2,800円(税込)

※下のクーポン券を切り取ってお店に行ってみて下さい。

富士プロパンガス(株)は こんな会社です。 5/19(土)・20(日)展示会開催!

電気自動車のミーグで
す!よろしくお願いします



水の宅配販売を始めました!
バナジウム成分を含んだ水は体にやさしく、飲料にお料理に安心安全です。電気自動車で配送していますのでクリーンです☆



災害時は近隣の方に避難所として開放し
(災害時緊急避難場所として知立市と賞書を締結しました)
自家発電や炊き出しなども行える設備があります。



3月よりショールームスペースが出来ました。
お気軽に遊びにきてください。

住まいと暮らしに関する、どんな小さな工事でも気軽にご相談下さい。
UJコーポレーション
「住まい」と「暮らし」のプランナー

住宅リフォームや太陽光発電のご
相談も承っております。お気軽にお
問い合わせください。



切取りご利用ください↓
🌸🌸🌸クーポン券 癒ごころ🌸🌸🌸
☆注意事項☆
※クーポンの内容をご確認のうえご利用ください。
※他券との併用不可・コピー不可になります。
※1枚で1名様までのご利用となります。有効期限 平成24年5月31日まで
※ご利用の際はお早めにご提示ください。

🌸🌸🌸クーポン券 元禄🌸🌸🌸
☆注意事項☆
※クーポンの内容をご確認のうえご利用ください。
※他券との併用不可・コピー不可になります。
※1枚で3名様までのご利用となります。有効期限 平成24年5月31日まで
※ご利用の際はお早めにご提示ください。



豊田市交通安全学習センター
愛知県豊田市池田町小山田494番地24
0565-88-5055
開園時間:午前9時~午後5時
休園日:月曜日・年末年始(国民の休日にあたるときは開園します)
入場無料。

鞍が池公園に行く途中にあります。
自転車のシミュレーションゲームが一番人気。
車の運転シミュレーションは大人も楽しめます。
ゴーカートも人気のアトラクション。(一台50円)
ミニSL(1回50円)
おもしろ自転車は無料(15分交替)
無料遊具もあります。



安城産業文化公園デンパーク
愛知県安城市赤松町樫1番地
0566-92-7111
開園時間:午前9時30分~午後5時
(入園は午後4時30分まで)
休園日:毎週火曜日(祝日の場合はその翌日)
入場料:大人600円小中学生300円
詳しい案内はこちらまで⇒http://denpark.jp

花の大温室フローラルプレイス内ペタルの花工房にて...
お花の香りに包まれて、工作体験してきました!
工作体験費用50円+材料費で工作道具を貸してもらえその場ですぐに作れます。

ゴールデンウィークに おすすめスポット

大人も子供も楽しめるスポットを
セレクトしました▶

NEW
「四季の花木園」
OPEN!!
デンパーク北側の敷地に200種類
の白い花木の庭園や芝生の
広場、色とりどりの花の庭園など
の3つのエリアが新しくできました。

