

TSUBAME's
キッチン



手羽元のバターチキンカレー

旨味たっぷりの手羽元で。ほろほろでスプーンで身がほぐれるほど柔らかくなります。
あめ色玉ねぎでコクをプラス！

材料 (4人分)

- A
- ・手羽元 8本
- ・プレーンヨーグルト ... 100g
- ・カレー粉 大さじ2
- ・おろししょうが 小さじ1
- ・おろしにんにく 小さじ1
- ・玉ねぎ 1個
- ・有塩バター 30g
- B
- ・カットトマト缶 1缶
- ・コンソメ 小さじ2
- ・塩こしょう 小さじ1/2
- ・水 100ml
- ・牛乳 100ml
- ・パセリ 適量

作り方

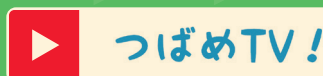
- 下準備 Aを1時間～1日漬け込んでおく
- ①千切りにした玉ねぎを耐熱皿に広げ、ラップをかけ600Wで8分加熱する
 - ②フライパンにバターを溶かし、①をあめ色になるまで炒める
 - ③BとAをすべて加え、15分煮込む
 - ④牛乳を加えてさらに15分ほど煮込む
 - ⑤ご飯とパセリを盛り付けてできあがり



フライパンで簡単プリン

材料は3つだけ！
オーブンを使わず簡単にフライパンでつくるプリンです。
カラメルソースを入れる順番はお好みで！

レシピは動画でチェック！



お料理動画は毎月更新中♪
チャンネル登録はこちら→



タテのカギ

1. 夏の強い日差しに向かって咲く、ウクライナの国の花
2. 乗り物や劇場などで、予約して座る席
3. 空の雲の量が1割以下は「快晴」、2割以上8割未満は「晴れ」、9割以上だと？
4. パスポートと混同されがちですが、日本語訳で「査証」といいます
5. ユネスコ無形文化遺産に登録された、わが国の食文化・食習慣のこと
8. カレーなどの煮込み料理にあう香辛料で、月桂樹の葉のこと
10. 左翼手、中堅手、右翼手は外野手、一塁手、二塁手、三塁手、遊撃手は？
13. 相撲の取組の始めと終わりにとられる、しゃがんだ姿勢のこと
15. ギリシャ文字の14番目(Ξ)の文字。15番目のオミクロン(ο)は有名です
16. 何事もこれが大事です。しっかり〇〇を固めましょう
19. 焼肉やシチューで楽しむ、仙台名物は牛〇〇

クロスワードパズル

1	2		3		4	5
	C					
6			7	8		
9		10				
11				12	13	
		14		15		
16		17			18	19
20						B

ヨコのカギ

1. 夏の暑さを和らげる、打ち水に使う道具は手桶とこれ
4. 怪談「耳なし芳一」が演奏する楽器に似た果物
6. コーヒー・紅茶・そして〇〇茶は、世界三大飲料として有名
7. 相撲の体勢で、相手のまわしを掴んでいる状態
9. ワインの製造所のこと
11. 感情や本能に左右されず、〇〇〇的に判断・行動できる人間になりたいですね
12. お金を借りたり、銀行に預金したりするとつくお金のこと
14. 「ゲスト出演」を漢字2文字で？
17. 7/23～8/22の間に誕生日の人は、この星座
18. 大阪の心齋橋や難波周辺は「ミナミ」、大阪駅や梅田周辺は「〇〇」
20. 実はつばめガスって「ライフ〇〇〇〇〇〇〇〇企業」なんです！

今月のプレゼント

かさばる荷物をスッキリ整理
ホーム&オフィス
デスクバック

正解者から
抽選で **20** 名様



応募方法

8/5
締切
消印有効

はがき応募

請求書に記載のお客様番号(12ケタの数字)ご住所、お名前、お電話番号、クロスワードの答え(ABC...の順で教えてください)、ご意見・ご感想をご記入の上、下記までお送りください。
〒702-8021 岡山市南区福田174
つばめガス(株)「りんご編集室」

ウェブ応募

QRコード先のフォームからお送りください



前回の答え

ウ	ミ	ボ	ウ	ズ	ナ	ハ
キ	ン	ト	キ	ア	ツ	ギ
ア	ク	ム	イ	カ	メ	シ
シ	ス	イ	ソ	ウ	リ	
シ	カ	ウ	ン	ト		
キ	ユ	ウ	リ	ト	ン	ボ
サイ	キ	カ	ビ	ル		
ク	ロ	ワ	ツ	サン	ト	

そうめん(素麺)

便利でお得! マイページに登録

- WEB上で請求書を確認可能
払込票の送付をご希望の方はご利用いただけません
- ガス料金から毎月55円値引き
WEB請求明細サービスに登録の場合のみ
- クレジットカードの登録・変更が可能
新規登録の場合は数日いただきます

ご登録はこちら!



ガスについてのご相談はもちろん、不動産、リフォーム、保険、電気、インターネットなど暮らしのお悩みは何でも、お気軽にご相談ください!



本社 ☎086-263-6666
〒702-8021 岡山市南区福田 174

倉敷支社 ☎086-465-7711
〒710-0803 倉敷市中島 1397-1

福山支店 ☎084-946-6611
〒721-0942 福山市引野町 4-22-34

岡山・広島で
“1社”の
広域ゴールド
保安認定
事業者

