

今月の新商品ご紹介

くわの実 <チョコワッフル¥160 ワッフル¥150>
ワッフルの中にはスノーボール(砂糖ボール)が入って、食感が楽しい!!
甘くて蜂蜜の香りでティータイムには?

リヴェルニー <バラエティセルト¥800>
焼き菓子、フィナンシェ、クッキーなどの詰合せ。
バレンタインに二人でいかがでしょ?

モーリャルト <バレンタインチョコレート¥162>
濃厚で口どけのいいチョコが美味しい!!
とろける食感の生チョコです。ハート型は
ボリュームも◎!

アキ・クマザワ <熊澤貯古¥240>
生チョコの2層で濃厚なケーキ。チョコ好きな人には、
たまらない満足した一品です。

えいこく屋 <缶入り桜の紅茶¥540>
桜の香りを紅茶に詰めてブレンドしました。
プレゼントにいかがでしょうか?

副駅長さんのおしゃべり簡単クッキング!

2月7日、14日、21日、28日 / 毎週火曜 15:00pm ~
参加費 / 特に参加費はいただきません。食堂ご利用の方、
食券ご購入の方が参加対象となります。

道の駅 お雛めぐり
2月4日(土)~3月5日(日)

せとめし食堂にて、珈琲に雛和菓子(明乃家)が
ついてきます!!

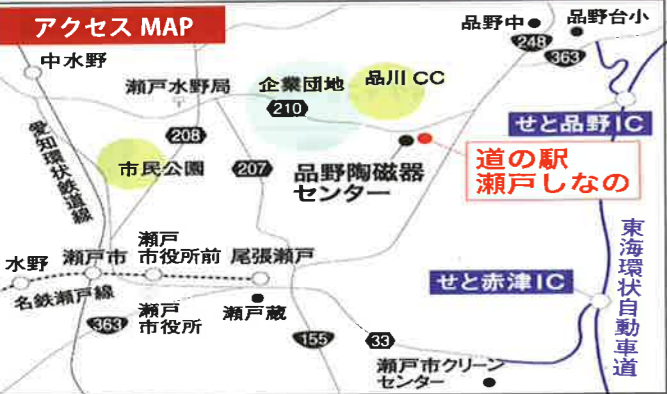
平日 8:30~11:00、14:00~15:30
土日 8:30~11:00、14:00~16:30

道の駅瀬戸しなので、ご近所さんや
お友達とお茶会しましょう!!



お雛様色紙プレゼント 応募期間 2月1日~20日

年末に引き続き、今回は「お雛さま」の節句用の色紙を抽選でプレゼントします。
色紙は瀬戸市在住の日本画家・小沢英之氏の直筆色紙10点です。前回同様に
¥1,000以上お買い上げのお客様対象にお店の応募内容にそってご応募ください。
抽選は2月28日で色紙発送をもって当選発表とさせていただきます。



愛知県瀬戸市品野町1丁目126番地の1
☎0561-41-3900 URL / www.setoshinano.jp
Facebook / 瀬戸しなので検索!

今月の行事案内

2/5 (日) 瀬戸資産自然森のお話し
9:30~12:00(情報施設)
瀬戸は自然森のある貴重な地域です。瀬戸の森で撮影された映像を見ながら、樹木匠の加藤先生が優しく丁寧に解説していただけます。是非、ご参加ください!!
講師 加藤滋先生

2/12 (日) 手作りクラフト
9:30~14:00(情報施設)
大人気の手作りクラフトコーナーです。今回は奈内先生ご夫妻が「素敵なお雛飾り」を丁寧に指導いただけます。皆さん、ご参加ください!! 先着20名様
講師 奈内先生

2/14 (水~火) バレンタインフェア
スイーツ販売コーナーにてモーリャルト、リヴェルニー、アキ・クマザワ、瀬戸花子の皆様のご自慢のスイーツをバレンタインデーに向けて、力作揃いです!!

2/19 (日) 手作りクラフト 先着30名様
10:00~14:00(情報施設)
大人気の手作りクラフトコーナーです。今回は若杉スエ先生が「かわいい折雛」を丁寧に指導いただけます。皆さん、ご参加ください!!
講師 若杉スエ先生

2/25 (土・日) 道の駅交流市場
10:00~15:00(多目的広場)
田原のっくようがが店出されます。産直野菜や海産加工品をお買い求めください!!※売切れご免です!
※産直野菜¥110均一開催です!

第16回陶のまち瀬戸のお雛めぐり

瀬戸市では、2月4日(土)から3月5日(日)まで、中心市街地がお雛さまで華やかに彩られる「陶のまち瀬戸のお雛めぐり」を開催します。メイン会場の瀬戸蔵では、約1000体の陶磁器やガラスの創作雛を展示した、高さ4mの巨大なピラミッド型のひな壇「ひなミッド」が登場するほか、周辺ギャラリーでもお雛さまが飾られ、瀬戸焼きのお雛さま作り体験や、限定のお雛ランチ&スイーツの提供など、各所でさまざまなイベントが行われます。
(お問い合わせ) 瀬戸市まるっとミュージアム・観光協会 瀬戸市蔵所町1-1
TEL0561-85-2730 http://www.seto-marutto.info/



恵方巻きフェア
2月3日(金) 弁当コーナー 恵方巻各種 ¥480

売切れ終了です!!
ライスハウスはなさんの美味しい恵方巻き販売!

恵方巻きの由来
「恵方」というのは歳徳神(としとくじん)という神様があられる方向です。歳徳神さまは、その年の幸運や金運を司る神様で毎年居られる場所を変える方だそうです。なので毎年違う方向を向いて恵方巻きを食べるんですね!!そして、「なぜ巻き寿司か?」については1950年~1970年に大阪の海苔販売業者が主体となって、節分の日には「巻き寿司丸かじり早食い競争」とイベントとして行ったのが始まりだそうです。

2月3日せとめし食堂にて
11:00~14:00
せとめし食堂で定食ご注文のお客様に
プチ福豆をプレゼント!!
(当たりくじ入り)



節分にちなんで...豆料理特集!!

黒豆

大豆の栄養素の他にアントシアニンというポリフェノールの一種が含まれているため血液をサラサラにしたり動脈硬化予防やがん予防も期待できます。眼精疲労にも!!

黒豆ご飯のレシピ

- 米 2合 米をといで、普通の水加減で
- 塩 小さじ半分~1杯 水を張り、酒・塩・黒豆を
- 酒 大きじ2杯 加えて炊き、少し蒸らす。

花豆

花豆にはビタミンB1、B2が豊富に含まれています。ビタミンB1、B2には糖質や脂質がエネルギーに変換するのを助けてくれるので、肥満予防が期待できます。また脂質が少なくカロリーは大豆の80%です。

花豆の甘納豆レシピ

- 花豆(白だときれい)250g
- 砂糖 300g
- 水 400cc
- グラニュー糖 大きじ5杯

- ①豆を一晚水に浸す。
- ②少し固めに煮る。(圧力鍋なら高圧5分程度)
- ③砂糖100g、水、豆を鍋に入れ、火にかける。残りの砂糖は100gずつ約10分おきに追加して徐々に糖度をあげる。
- ④煮詰まったら豆をバット等に広げて並べ、冷蔵庫で豆の表面を乾かす。
- ⑤適度に乾いたらグラニュー糖をまぶす。

秘伝豆(乾燥枝豆)

山形県の名産品の秘伝豆は甘煮など砂糖を使った料理にも、塩や醤油を使った料理にもあいます。国産品は流通量が少ないので美味しさを知っている人だけが取り寄せたりするレアなものです。枝豆にはアルコール分解を促進する働きがあるため、お酒のお供にもおすすめです!!

秘伝豆のおつまみレシピ

- 豆 1袋
 - 塩 少々
 - 醤油 50cc
 - ☆辛子 適量
- ①たっぷりの水に一晩つける。
 - ②豆を戻した時の水を沸騰寸前まで過熱し塩を入れて混ぜ、豆を入れる。
 - ③弱火で10~15分ゆでる。
 - ④ザルにあけ、塩をふって冷ます。
 - ⑤☆を容器に混ぜておき、豆が熱いうちに漬け込む。

今日の葉物 白菜

冬の食卓に欠かせない白菜。低カロリーで淡泊な味が魅力です。白菜は体にこもった熱を冷ますので、発熱したときや喉の乾燥、咳や痰の改善によいでしょう。また胃腸の調子を整えて腸を潤すので便秘にも効果的です。水分の代謝がよくなるのでむくみの解消や二日酔いの防止・解消にも有効でしょう。

薬膳・漢方の食材帳より