

# スタッフイチオシ

今月は  
店舗スタッフ・山のオススメ♪

寒さが厳しい季節になりましたね。  
この時期は、温かいお味噌汁で温まりたいものです。  
そこで今回は、お味噌汁に欠かせない美味しいお味噌と、ちょっとしたワンポイントで美味しくなるコツをご紹介します☆  
玉松味噌醤油株式会社の小原さんに教えて頂きました！

- ①まずは、お好きな具材を用意。お出汁(顆粒タイプでOK)と、秘密兵器の味タママツを一回し加え、具材に火が通します。
- ②具材に火が通ったら、火を弱め、お味噌を溶かし味を整えます。これだけで、ワンランク上の美味しいお味噌汁の出来上がり！！

上手く作れないなあと悩んでいたお味噌汁が、実はこんなに簡単に美味しく作れるとは...！  
しかもお味噌には、美白効果のあるリノール酸、アンチエイジング効果のあるビタミンE、女性ホルモンの活性を高めてくれるイソフラボンなど、うれしい効果もたくさん！  
この冬は、美味しいお味噌汁で健康な体を目指してみては？

## オススメ情報！

一目千本桜吟醸味噌	500g	¥540
無添加減塩味噌	750g	¥864
味タママツ	500ml	¥540

玉松味噌醤油(株)



## 店内イベント情報

今月の白謙かまぼこは  
奇数日の入荷です！

- ◆11月1日(水)～7日(火) はらから福祉会「こだわり牛たん」試食販売会
- ◆11月1日(水)～7日(火) 南三陸町「高茂商店」海藻と珍味試食販売会
- ◆11月8日(水)～14日(火) 大地フーズ「いわし団子・ハンバーグ」試食販売会
- ◆11月8日(水)～14日(火) 加美商工会「加美地域の特産品フェア」開催
- ◆11月15日(水)～21日(火) 「仙南地域地場産業振興協議会」仙南地域の自治体の特産品祭り開催
- ◆11月22日(水)～28日(火) 石巻市「本田水産」の牡蠣総菜としめさば試食販売会
- ◆11月23日(木)～26日(日) 東日本フーズの「ぶっかけ丼のもと&海鮮弁当」特別販売会
- ◆11月23日(木)～12月3日(日) 「仙台銘菓萩の月」期間限定特別販売会
- ◆11月29日(水)～12月5日(火) 気仙沼市「森博食品」の天日丸干しさんま試食販売会

## 編集後記

そろそろ  
ムートンブーツで  
足元をポカポカに  
したいです(・へ・)  
スタッフ・山

# GO☆GO☆みやぎ新聞

平成29年11月発行  
創刊第15号  
発行元  
宮城ふるさとプラザ  
豊島区東池袋1-2-2

今だから行きたい！  
みちのく伊達政宗歴史館

仙台藩主・伊達政宗公の生誕四五〇周年の今年、「みちのく伊達政宗歴史館」へ足を運んでみるのはいかがでしょう？  
日本三景・松島海岸にある、この歴史館では、二〇〇余体の等身大ろう人形が展示されています。今もなお語り継がれる、戦国乱世の奥羽を制した隻眼の英雄、伊達政宗の生涯を、二五のシーンで再現！ 迫力のある名シーンをぜひその目で確かめて下さい！  
また、この歴史館の近辺にある、円通院では、十月末になると美しい紅葉を染しむことが出来ます。ライオンが写った紅葉が沼に映し出される美しさは、一見の価値ありです！  
ぜひこの機会に松島へ行かれては？  
スタッフ・山

みちのく伊達政宗歴史館(宮城県松島町)  
入場料 大人 1000円(団体 800円)  
小中生 500円(団体 400円)

## おいしい新米をおいしく食べたい！

新米の季節がやってきた！(((o(°▽°)o)))  
でも、ちょっと待って！ 古米と同じ炊き方じゃもったいない！  
せっかくの新米、土鍋で美味しく簡単に炊くコツ教えちゃいます☆



- ①計量はきっちり！
- ②お米の表面についている糠や油の匂いをサッと洗い流します。研いでいる間にお米が匂いを吸収しないようにする為の、重要な工程です！
- ③お米とお米をすり合わせ、研ぎます。最後にサッと水ですすいで下さい。  
☆11月～4月の米⇒3～4回研ぎ、すすぎは2回ほど  
☆9月～10月の米⇒3～4回軽く研ぎ、すすぎは1回ほど
- ④研ぎ汁が残っていると正しく水を計量できません。ザルでしっかり水を切りましょう。長時間放置するとお米が乾燥してしまうので注意！
- ⑤炊飯器で炊く時は分量通りの水を入れてスイッチオン！・・・でお終いですが、ここからは、土鍋を使った炊き方を紹介します！お米1合に対して200ccの水を入れます。
- ⑥強い中火で5～7分。吹きこぼれそうになったら弱火で10～12分ほど炊きます。次に強火で10秒！火を止めて、10分ほど蒸らしましょう。ふっくらかき混ぜて蒸気を飛ばし、完成です！

今回紹介した研ぎ方はあくまで目安なので、お米の状態に合わせて研ぐ回数は調整して下さいね☆

## 方言講座

今月も店長みうらに代わり、菅野が教えます！

“ケロケロ” カエルの学校

私が初めて就職した地元の会社での話です。  
そこでは、毎日そこかしこから、“ケロケロ”聞こえてきて、まるでカエルの職場かのようなものでした。もちろん、ただ“ケロケロ”だけ言うのではありません。語尾に「けろ」と付けるのです。  
例えば、「その本、取ってけろ」は、「その本を取ってください(取ってちょうだい)」となります。  
当店でも仙台弁こけしの手ぬぐいやトートバッグなどのグッズを販売しています。LINEスタンプも登場し、その中で「お年玉けろ(お年玉ちょうだい)」、「まってでけろ(待っていて下さい)」と使っています。  
この「けろ」が、地元の会社の年配男性の間でよく飛び交っていました。意味は分かるものの、それまで友達との会話で使うものではなかったので、その当時の私は、「けろ」が耳に残って、まるでカエルの職場のようだなと思っていました。  
仙台弁こけしも見てけろ(・o・)ノ