

弘前ガス
広報紙

Yell

エール

弘前ガスは、笑顔あふれる暮らしづくりを応援します!

100年先もずっと… 津軽のおかず 春

春の味覚を楽しむための献立をご紹介します。

お知らせと
ブログも
見てね!

にんじんのクルミ和え

67kcal
食塩相当量0.5g

和え物上手は料理上手。
クルミに豆腐を加えて白和え風にしました。

材料(6人分)

にんじん…250g(中1本)
和え衣
クルミ…30g
豆腐(絹ごし)…100g
A 砂糖…小さじ2
塩…小さじ1/2
酢…小さじ1/2

下ごしらえ

- ①にんじん…3cm長さ、5mm厚さの太めのせん切りにし、塩(分量外)を入れた熱湯でやわらかめにゆで、ザルに上げ冷ましておく。
- ②クルミ…フライパンで煎り、はがれた皮を除く。
- ③豆腐…2〜3つに切り、熱湯に入れ1分ほどゆで、ふきんで包み水気を絞る。

作り方

- ④②はすり鉢でなめらかになるまですり、③を少しずつ加えてさらにすり混ぜる。
- ⑤④にAを加えすり混ぜる。和え衣のかたさは、にんじんのゆで汁で加減する。
- ⑥食べる直前に、⑤に①を入れ、下から上へ空気を含ませるようにふんわりと和える。



春先の頃のヨモギの若芽は、香りも強く風味も別格です。
この作り方は先に生地を蒸してからだんごにする方法です。

よもぎだんご

168kcal
食塩相当量0.0g



材料(6個分)

だんご粉…150g
熱湯…140ml
砂糖…大さじ1
ヨモギ…20g
A 水…カップ2(400ml)
重曹 2g(ゆで水の0.5%)
小豆あん…180g
※使用のだんご粉は餅粉7:うるち粉3です。

下ごしらえ

- ①小豆あん…30gずつに6等分し、丸めておく。
- ②ヨモギ…よく洗い、沸騰したAでゆで、水にとって絞る。

作り方

- ③ヨモギを細かく刻み、すり鉢でなめらかになるまでする。
- ④ボウルにだんご粉を入れ、熱湯を2〜3回に分けて加え、その都度箸でかき混ぜ、耳たぶくらいのやわらかさになるまでこねる。この時、濡らした1枚ふきんで手を覆うように持つと、手につかずこねやすい(熱いので気をつける)。ある程度冷めてきたら、手に少し水をつけながらこねるとまとめやすい。
- ⑤④を4〜5等分に分けて丸めてつぶし、蒸気の立った蒸し器に濡れふきを敷き、15分蒸す。
- ⑥⑤をすり鉢に入れ、砂糖とヨモギを加え、色が均一になるまでつき混ぜ、冷めたら手でこねる。
- ⑦生地を50gずつ6等分し、小豆あんを包んで丸め、乾かないようにすぐにラップで包んでおく。

ポイント:ヨモギ粉で作る場合は、粉100gに対して5g程度を混ぜてください。

コンロメーカーの無水調理鍋

Leggiero

— レジェロ —

今回ご紹介するのはリンナイの無水調理鍋「Leggiero(レジェロ)」。
メイドインジャパンの実力をご覧ください。



特徴

01

軽い



鉄製鋳物の無水調理鍋に比べ、
約半分の重さ。

22cm:1.7kg / 18cm:1.1kg

特徴

02

掃除がラク



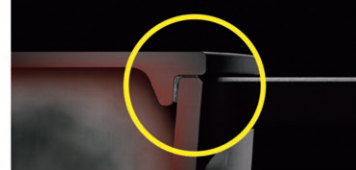
鍋の内側には
食材が焦げつきにくい
セラミック加工を施し、
スポンジで簡単に汚れを
落とすことができます。

特徴

03

均一で
高精度

ウォーターシール効果



本体とふたの隙間に水の膜を作る
「ウォーターシール効果」により、
鍋内部が更に密閉状態に。
食材に手早く均等に熱を加える
ことができます。

特徴

04

長く使える



塗装が剥がれても、
リペアサービス(有料)により
再塗装が可能です。

特徴

05

選べる2サイズ & オプション

22cmと18cmのタイプに加え
カラーも白と黒の2種類から選べます。



■22cm：定価 27,500円(税込)
■18cm：定価 25,300円(税込)



■ふたスタンド
2,200円(税込)



■ふた取っ手
2,200円(税込)

ご使用者様作
レジェロでポトフ

玉ねぎをたくさん入れて、
食材の水分だけで作りました。
野菜が甘くて栄養満点！

ご使用者様の感想

吹きこぼれなし！
食材が短時間で柔らかくなります。
また、軽くて汚れがこびりつかないので、
毎日自然と使いたくなる鍋です。

毎日のお料理が
HAPPYになるよう、
レジェロデビュー
してみませんか？



キャンペーン中

当社通常販売価格よりお得に
ご購入できる機会です！
詳しくは弘前ガスブログをご覧ください！



ぷらっと弘前

No.48

弘前市城東北にある「ブランカッセ」さんを訪ねてみました。昨年9月に「ブラン」からリニューアルオープン。30年続いたご両親の店をそのまま継ぐのではなく、「作り変える」という意味を込めて店名をつけられたそうです。

元々は別の道を歩まれていたそうですが、お父様が体調を崩されたのを機に菓子職人になることを決意。10年間の修業を経て、ご家族でオーナーの新たな挑戦を支えています。

店内には約30種類のケーキ、焼き菓子が並んでいる中、一番人気が「アップルパイ」。毎日フレッシュなりんごを使用し、多い日は3ホールほど焼き上げているそうです。

おすすめを尋ねると「全部です!」とのこと。中でも気に入ったのがシュークリーム。取材の日は売り切れでしたが、注文を受けてからクリームを絞ってくれるそうです。

今後の「ブランカッセ」さんが楽しみです!ね!

オーナー様からのメッセージ

昨年9月にオープンさせていただきました。ブランのお客様にもご満足いただけるようなお店を目指して、お店作りをしています。初めましてのお客様にもご満足していただけるようなお店を目指して、商品開発、改良を進めています。心を込めて作っておりますので、ぜひ、お気軽にお越しください!



弘前市城東北1-9-7
TEL:0172-26-0020

営業時間

10:00~19:00

定休日

水曜日、第2・4木曜日
(祝日変動有り)

駐車場

店舗前3台、店舗横3台

インスタグラムの
フォローもお願い
します!!



BLANC.CASSE2022



blanc cassé
SINCE 2022



ななみちごの
タルト
650円(税込)

長年改良を重ねて
誕生した田舎館産の
新品種「ななみ」を
贅沢に使用しています。

※いちごの大きさは、生育状況によって写真と異なる場合があります。



弘前の伝統工芸品「ブナコ」の照明がやさしく店内を灯しています。商品選びの際に自然な心地よさもご体感ください。



アップルパイ 330円(税込)

◀アップルパイに使われているりんごは、ひょう害を受けて穴が開いたり、傷がついてしまったもの、味は美味しいのに形がいびつで商品価値が低くなったものをスイーツに変え、地元農家を支援されています。生のりんごを焼いて作っているため、シャキシャキとした食感が特徴。



「ブラン」の頃から人気のイラストケーキは継続中。
オプションで写真プリントなどのご要望にも対応してくれます。

プレゼント ブランカッセ様より、ブランカッセ専用お買い物券(1,000円分)を抽選で5名様にプレゼントいたします。

ハガキ
でのご応募

①~⑥の必須事項を明記の上、下記までご応募ください。(一家族様1通まで)
①郵便番号 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 ⑥「エール」をご覧になった感想
〈応募先〉〒036-8042 弘前市大字松ヶ枝1丁目2番地1 弘前ガス㈱「エールプレゼント」係
〈応募締切〉令和5年4月15日(土)必着

インターネット
でのご応募

弘前ガスホームページの「お役立ち情報」より専用の応募フォームにてお申し込みください。
〈応募締切〉令和5年4月15日(土)23時59分まで

※当選者の発表はお買い物券の発送をもって代えさせていただきます。



シュークリーム 220円(税込)

目指すは **2026 イタリア ミラノ・コルティナ** 冬季オリンピック!!

昨年4月に新卒入社した、平井翔(ひらいかける)職員はなんと、オリンピックを目指すアルペンスキーの選手。

初めてスキーに乗ったのは3歳頃で、競技大会に参加したのは小学2年生とのこと。大学時代にはスキー部の主将として、数々の大会で好成績を残しています。

そんな平井職員の尊敬する人は、ワールドカップや世界選手権で何度も優勝し、平昌オリンピックで金メダルを獲得したオーストリアのマルセル・ヒルシャーさん。2019年に引退されましたが、速さと強さを兼ね備えているところが尊敬する理由だそうです。

「仕事」と「競技」を両立している平井職員の今後の活躍に注目してください!



プロフィール

〈生年月日〉2000.2.29 〈出身地〉青森県弘前市
 〈出身高校〉東奥義塾高等学校 〈出身大学〉日本体育大学
 〈大会成績〉2021.12 全日本スキー選手権大会 …… 準優勝
 2022.1 青森県スキー選手権 …… 優勝
 2022.1 FIS花輪ジャイアントスラローム大会 …… 優勝
 2022.2 国民体育大会冬季大会 …… 準優勝

メッセージ

オリンピックへ挑戦できる環境にあることに本当に感謝しています。応援よろしくお願いたします。



お引越しの前に…

3月・4月になると、就職や進学などで

お引越しをされる方が

たくさんいらっしゃると思います。

お引越しの日時が決まりましたら、

ガスなどの使用開始、又は

解約の手続きが必要です。

約1週間前を目安に

早めのご連絡をお願いいたします。



ご連絡の際は、
 以下の内容をお間違のないように
 お伝えください。

- ①ご希望の日時 ②住所 ③氏名
- ④ご連絡の取れる電話番号

※ガスの使用開始と解約はどちらの場合もお客様の**立会い**が必要となります。※ご使用中中止される場合は、**現金での精算**をお願いしております。



くらしのエネルギーをトータルに

エコル電気

(エコル電気は、弘前ガス(株)が提供する電気供給サービスの名称です。)

電気料金の支払先が当社に変わるだけ!

(当社で解約の手続きを取らせていただきます)

エコル電気お問合せ窓口

[受付時間] 平日8:30~17:00

0120-051-585

インターネットは
あすなろ光
 with NTT東日本

ギガタイプ
 データ受信・送信
 最大 概ね

1Gbps

～弘前ガスグループの光通信サービス～

お問合せは **0120-704-500**

土・日・祝祭日除く8:30~17:00



青森県弘前市大字松ヶ枝1丁目2番地1 TEL:0172-27-9100 営業時間:8:30~17:00

休業日:土・日・祝日、年末年始(保安供給体制365日24時間待機)

URL:<http://hg-group.co.jp> Eメール:eigyo@hg-group.co.jp

