

ガスは快適な暮らしのパートナー

弘前ガス
広報紙

Yell

エール

2023年秋号

No. 50

年4回発行
(3月・6月・9月・12月)

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… 伝え継ぎたい 津軽のおかず 秋

秋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!

舞茸おこわ

1人分あたり
323kcal/食塩相当量0.9g

津軽の人が好きなおこわ。
舞茸の香りと歯ごたえがおいしい秋のごちそうおこわです。

材料(6人分)

もち米 ……3合(450g)
舞茸 ……150g
ごぼう ……100g
鶏肉(もも皮なし) ……150g
油 ……大さじ1
だし汁 ……カップ1(200ml)
しょうゆ ……大さじ1・1/2
酒 ……大さじ1
塩 ……小さじ1/4

下ごしらえ

- ①もち米… 洗い、2時間くらい水につけておく
- ②舞茸… 食べやすい大きさに手で割いておく
- ③ごぼう… 細めのさがきにし、水にさらす
- 鶏肉… 1cm角に切る

作り方

- ③鶏肉を油で炒め、次にごぼうを入れて炒める。
- ④鍋に③、舞茸、Aを入れて煮立て、水気を切ったもち米を加え、煮汁がなくなるまでかき混ぜながら中火で煮る。
- ⑤蒸気の立った蒸し器に水でぬらした蒸し布をしき、④を入れて包み、強火で20分位蒸す。



ねりこみ

1人分あたり
190kcal/食塩相当量0.8g

「練りこみ」は、くずをひいて練ってとろみをつけたので
この名前がつけました。昔は砂糖たっぷりの贅沢な食べ物として
「人寄せ」に作られたおもてなし料理でした。

材料(6人分)

さつまいも ……300g
にんじん ……70g
角こんにゃく ……80g
さつま揚げ ……150g(1枚半)
油揚げ(小) ……2枚(40g)
水 ……カップ2・1/4(450ml)
ザラメ糖 ……50g
しょうゆ ……大さじ1・1/5
片栗粉 ……大さじ1
水 ……大さじ2

下ごしらえ

- ①さつまいも… 皮をむき、大きめに角をつけた3cmくらいの乱切り
- にんじん… 小さめの乱切り
- 角こんにゃく… 下ゆでしてから乱切り
- さつま揚げ… 油抜きをして1枚を4等分
- 油揚げ… 油抜きをして三角になるように4等分

作り方

- ②材料を鍋に入れ、分量の水を加えて煮る。
- ③材料がやわらかくなったら、Aを加える。
味は好みで調整する。
- ④③にBの水溶きの片栗粉を加えて煮立て、とろみをつける。
※つぶを加えて、ぬめりとうま味を活かしてもよい。



出典:「伝え継ぎたい 津軽のおかず」

レシピ開発: 柴田学園大学短期大学部 生活科 北山育子先生、中島里美先生、宮地博子先生

新製品
紹介

Orche

オルシェ

今回は、ノーリツ製ビルトインコンロの新製品
Orche(オルシェ)について紹介していきます。

Orche(オルシェ)はall「すべて」とchef「料理人」を掛け合わせた造語で、誰もがシェフのようにおいしい料理をつくれるようになってほしいという思いが込められています。



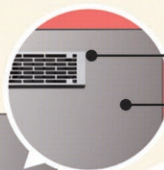
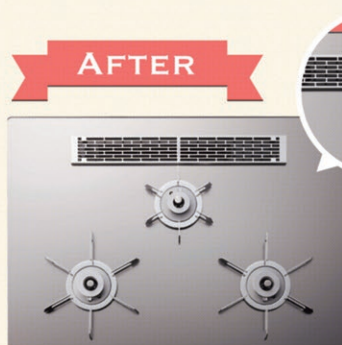
2023年8月1日(火) 発売

特徴

01

コンロ天板の進化

コンロ天板とグリル排気口の境目をなくすことで
デザインと清掃性が向上しました。



グリル排気口の
素材が
アルミに変わり
見た目も
キレイに。

ガラス面が
広がることで
グリル排気口
まわりが
スッキリ!

フラット
だから、
お手入れが
ラク♪

※75cmタイプのみ

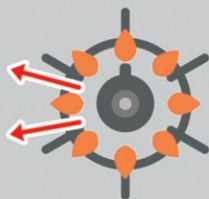
特徴

02

業界最高の省エネ基準達成率101%※を達成! スマートエコバーナー

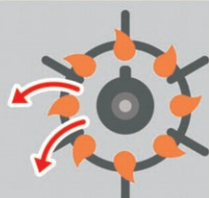
※3口コンログリル付きタイプ

現行バーナー



バーナーから
直線的に
のびている

エコバーナー



新バーナーは
旋回方向に
ガスが噴出
している

炎が旋回しながらなべ底にあたることにより、
鍋中心部の火当たり向上、鍋底全体の温度の均一化と
炎あふれを低減することで焼きムラが軽減され、
ガス消費量が約10%削減されました。

特徴

03

調理しながら温度が見える化! 温度クック機能

新搭載の「温度クック機能」は、調理中の温度がリアル
タイムで確認できる業界初の機能。1℃単位でなべ底の
温度を確認・調節しながら調理することができます。※



調理温度をコンロに表示



点火後は鍋底検知センサーがなべ底の温度を表示し
ます。経験や勘だけではなく、温度を目安に調理がで
きるため、「お母さんの料理を真似したい」なんて時も、
時間と温度を確認しながら再現できそうですね。

※「このまま温度キープ」機能は、130℃以上220℃以下の1℃刻みで
調理中に設定が可能

いかがだったでしょうか?この他にもアプリ連動調理機能など、さまざまな便利機能が
搭載されているOrche(オルシェ)をご使用されてみてはどうでしょうか?



ぷらっと弘前

No.50

弘前市松森町にある「レストランセーブル」さんを訪ねてみました。昭和54年に創業した老舗レストランは手作りにこだわり、懐かしさと居心地の良さはもちろん、洋食、和食、丼もの、デザートなどメニューの豊富さで地元民に愛されています。ナポリタン、ハンバーグなどの洋食以外にも握り寿司・天ぷらがついた御膳、肉・揚げ物を思う存分楽しめる定食などがあります。

朝早くから仕込み、手間と時間がかかけられているだけあって、どのお料理も納得できる美味しさです。

平日限定の「日替わりランチ」はドリンクがついて1,078円(税込)。日によって変わるメニューは、お客様にご満足いただきたいの思いから、食数を限定されています。

老舗レストランならではのハートフルなサービス、そして、食べたい時にいつでも食事ができるセーブルさん。おすすめです！



弘前市松森町73 2F
TEL:0172-36-6614

営業時間

11:00～21:00(ラストオーダー20:30)

※ランチタイムは14:00まで

定休日 無休 駐車場 有

座席数 92席(お座敷もあります)

個室 有(10名様から御利用可)

レストランセーブルさんでは、シェフ自慢のお料理で気の合う仲間との集まりやビジネスシーンにおける会食など、ご予算・ご要望に合わせて対応してくれます。また、オードブルなどお持ち帰りもあります。



▲セーブルさん全メニューの人気総合ナンバーワンは「スパゲッティ ナポリタン」。甘みのある濃厚なトマトソースとプリプリのエビから出る魚介の旨味が効いた自慢の味。



和食では「にぎわい御膳」が人気ナンバーワン。色々な種類のお料理を召し上がりたい方はぜひ！



写真左から、①プリンアラモード1,100円、②海鮮丼セット(そば・小鉢・お新香付き)1,760円、③にぎわい御膳1,650円、④ハンバーグステーキと海老フライ1,485円「プリンアラモード」の飾り切りが芸術的！※価格は全て税込となっております。

プレゼント

レストランセーブル様より、御食事券(1,000円分)を抽選で10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(株)「エールプレゼント」係
〈応募締切〉令和5年10月15日(日)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10月15日(日)23時59分まで

※当選者の発表は御食事券の発送をもって代えさせていただきます。

Yell編集員おすすめ!



Yell
50号記念
企画券

切り取り

Yell 50号記念特別企画

弘前ガス広報紙「Yell」は、今号で50号となりました。
そこで、皆様に日頃の感謝を込めた特別企画をご用意いたしました。
卓上コンロ・ビルトインコンロを特別価格にてご提供!



卓上コンロ ビルトインコンロ

メーカー希望小売価格の

50号に
ちなんで

50%OFF!!

さらに

各メーカー様のご協力により、
両面焼きの機種には
グリル調理器等の
おまけがつく製品も
ございます。

この機会に是非ご検討ください。
詳しくは係員まで!

※取替工料(材料費/取替処分費含む)は別途、卓上コンロ¥2,000(税込)、ビルトインコンロ¥15,000(税込)が必要となります。

期間は2023年10月6日ご成約分までとなります。※弊社のガスをご使用のお客様に限りです。ご商談の際、係員へ企画券をお渡しください。

50回
記念

ぷらっと弘前 振り返り

これまで、「ぷらっと弘前」では
たくさんのお店におじゃましていただきました。
50回を記念して、今号と次号で振り返ってみたいと
思います。今回はNO.1~NO.25を振り返ります。

01 飲み食いくら座敷川丁	02 パティスリーverger (現:verduveine)	03 焼き鳥ダイニング樽満 (閉店)	04 真そばや會(現:そば処清水)	05 名曲&珈琲ひまわり
06 パティスリーLE CHOCOLAT	07 PastaYa	08 御料理なる海	09 美容室 under colors Clair	10 焼肉叙々苑
11 ビストロレザン (閉店)	12 Boulangerie Four	13 MILK HOUSE ROSAS (閉店)	14 サラマンジェ ドウ シェ・モア (現:フランス食堂 シェ・モア)	15 いなみや菓子店
16 土手の珈琲屋万茶ン	17 Farmer's Dining Vegfru (閉店)	18 Pâtisserie le bourgeois	19 Relax Coffee Café (閉店)	20 御菓子司双味庵本店
21 pizzeria DA SASINO (閉店)	22 HOME BAKERYパンデリカ (閉店)	23 そば処三忠食堂本店	24 喫茶 京	25 焼肉レストラン大満

取材の記憶が色々ときどきあがります。皆さんは知っているお店、行ったことがあるお店は
いくつありましたか?残念ながら閉店してしまったお店もありますが、振り返るとたくさん
おじゃましたね。次回はNO.26以降の分を振り返ります。

弊社ホームページよりバックナンバーがご覧になれます



NO.13以降のバックナンバーを
ホームページで公開中!
「弘前ガス yell バックナンバー」でも
検索可能です。

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



弘前ガス

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

