

幸せの青い鳥



しあわせだより

H15. 9月号 No.85

第14回賃貸住宅セミナー開催!



平成15年9月2日、今回はアパマンショップ東海エリア代表世話人「千葉 祐大」様を講師にお招きして、第14回賃貸住宅セミナーが開催されました。

テーマ「賃貸仲介会社が考える
アパート・マンション経営」

途中笑いも含めながら、2時間30分に及んだ千葉様のお話は、御来場下さりましたオーナーの皆様にも、大変質の高い充実した時間だったことと幸いです。さらに、今回のセミナーは、過去最多の参加御来場数を記録。質実ともにすばらしいものになりました。御来場下さりましたオーナーの皆様には、こまめにかりて、厚く御礼申し上げます。

次回セミナー開催は、平成15年11月15日(土)を予定しております。

テーマ「収益を生むための資産活用」

皆様、御参加をお待ちしております。



株式会社

いわき土地建物



おいしいお茶のいれ方・楽しみ方

○木を選ぶ... 水道水を沸かす時は、沸騰後、やかんのフタをこぼして5分くらい放置。→カルキ臭が飛びます。(ミネラルウォーターの場合は、軟水を選ぶ事。)

○急須を選ぶ... 最近主流の取り外し可能な網の茶こしはX→茶葉が一箇所に集中して急須全体に広がりにくいです。
※昔ながらの注ぎ口に茶こしのついた物が最適!

○安価な茶葉... 茶葉の量は茶碗一杯につきティースプーン約1杯(2~3g)は多めに一般的ですが、これは茶葉の品質によって変わります。高いものは少なめに、安価なお茶は多めに入れましょう。

○最大のポイントは... 煎茶は70~80度と幅がありますが、高級な煎茶はやや低めの70度、安価な煎茶は70度がおすすりめ。

ワンポイント

高温でいれると渋味が強く、低温でいれると旨み成分のテアニンが出て甘みが強くなります。

りんごとピーナッツの パウンドケーキ

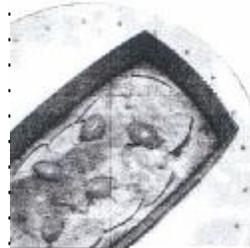
ヘルシーでナチュラルな
健康ケーキ
抗酸化(通便)、高血圧や
動脈硬化にも

材料(4人前)

- りんご.....1/4
- 無塩バター.....20g
- 卵.....1個
- ベーキングパウダー.....小さじ1/2
- 銀杏.....適量
- ピーナッツ.....20g
- 砂糖.....30g
- 小麦粉.....50g

作り方

1. りんごは、まず飾り用の皮付きを10枚ほど作り、残りは細かく刻む。
2. ピーナッツは薄皮を剥いてフードプロセッサーで細かく砕いておく。
3. 温めて柔らかくしたバターをボウルに入れ、泡立て器で混ぜてクリーム状にし、砂糖を加えてよく混ぜる。
4. 卵を溶きほくして3に加え、泡立て器で混ぜる。
5. 4に小麦粉とベーキングパウダーを篩いながら入れ、ゴムベラで混ぜ合わせる。
6. 刻んだりんごとピーナッツを5に加え、ゴムベラで均等になるように軽く混ぜる。
7. 6をパウンド型に入れ、いちよう切りのりんごを飾る。
8. 170度のオーブンで25分焼く。
9. 竹串を刺して中身が固まらなければ、茹でて薄皮を剥いた銀杏を飾ってできあがり。



甘さ控えめでりんごやピーナッツの旨味を生かしたヘルシーなパウンドケーキです。国産は中華料理だけと思われているようですが、本当の健康は食べ物の性質を組み合わせることで効用を調整しますので、お菓子にしてみても可能なことです。りんごの植物繊維は整腸、便秘作用があります。ピーナッツは(別名:養生果)りんご酸とビタミンEで動脈硬化、高血圧などに効果を発揮します。食材の組み合わせは、本来一人一人の身体の状況に合わせて工夫されたものです。中国で健康を治療に使う場合、その人の健康状態をいろいろチェックし、個々の症状だけではなく、身体全体のバランスを整えるように中医学(日本の漢方薬に近いもの)や食材が配合されます。

管理物件の内、ご依頼のあった全世帯について、8月25日までに、第3回目の除草剤散布を終了いたしましたので、ご報告申し上げます。

