

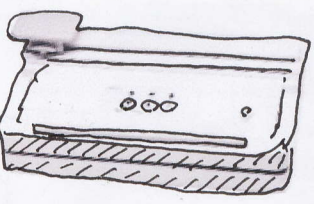


2013年 2月 Vol.19 (通算 188号)
ね。節分とは季節の始
まりの日の前日のこ
と。季節の変わり目
には邪気(鬼)が生じ
ると考えられており
それを追い払うため
の悪霊はらい行事が
執り行われました。

**セリで落としたり
マツボタン**
新年が明けて、鉢植え
を見に行きました。会社
に新年らしい雰囲気は欲
しかったのです。
マツボタンを探して
いましたが、運が良かっ
たのかセリ市がやってい
ました。にぎやかな会場

**まさかのス度の
不良品**

食品の買出しをするの
が週1のことが多いので
食品の真空パック器をネ
ットで注文したのですが
2回の不良
品で交換
今、届くのを
待っています。



の楽しそうな雰囲気につら
れて参加。2980円で売
られていたアレンジを60
0円で落としました。会社
の入口に飾り満足です。



お節料理作り

悩んだ結果、やはり作り
ました。おかひで雑煮だけ
のみ正月ではなく、ヤッぱ
り華やかですね。



編み物続いています

先日号で「久しぶりの編
物」と紹介しましたが、あ
れからずっと続けてまして
マフラー4本、ニット帽1
つ、ショール1枚編みまし
た。今、5本目のマフラー
を編んでいます。でも全てプ
レゼントで手元には残って
いません。単に編むのが楽
しいだけです。冬もあと少
しだけです。それまではコツコツと
編み続けると思います。



**超お手軽ひな
ハッシュドビーフ**



材料 4人分

- 牛薄切り肉... 200g
 - 玉ねぎ... 1個
 - しめじ... 1パック
 - 赤ワイン... 大さじ1
 - すりおろしにんにく... 小さじ1
 - 塩・こしょう... 適量
 - 片栗粉... 小さじ1
 - 赤ワイン... 100、200cc
 - デミグラスソース缶... 1缶
 - 水... 缶の半量
 - ケチャップ... 大さじ2
 - コンソメキューブ... 1個
 - しょうゆ、砂糖... 小さじ1
 - 塩・こしょう... 適量
1. ビニール袋に牛肉と玉ねぎを上から順番に入れてなじませておく。玉ねぎはラジラの薄切り、しめじは石づきを落とす
2. オリーブ油を敷き中火で野菜をしんなりするまで炒め、牛肉をほぐし加え、赤ワインを入れ8割程煮詰める。煮詰まったら、酒を加え、酒を蒸発させ、ソースを加え、ソースを煮詰める。