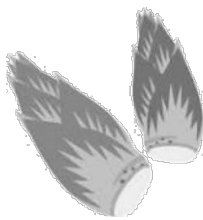


# 5月

日中は汗ばむほどの陽気となり、夏の近いことを実感する季節になりましたね。

今回は、春の風物詩『たけのこ』についてお話しします♪

- ・旬 4月5月
- ・採ってから時間が経つほどにアクが強くなるので、できるだけ早く調理する。
- ・食物繊維が豊富で、腸内をきれいにしてくれる。
- ・高血圧予防にも効果的



## たけのこのきんぴん

### ●材料（2人分）

- ・たけのこ…200g
- ・ごま油…大さじ1
- ・砂糖…大さじ半分
- ・しょうゆ…大さじ2
- ・唐辛子…お好みで

① 茹でてアク抜きしたたけのこを5mmくらいのいちよう切りにします。

② フライパンにごま油をひき、①を炒め砂糖としょうゆで味付けし、汁気が飛んだら、最後に唐辛子と仕上げ用ごま油で香りをたたせて出来上がり！

## おばあちゃんの知恵袋

### ☆時短☆

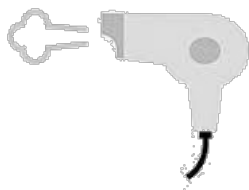
『油揚げの袋はチンして速攻開封！』

油揚げを袋状に開けるとき、破ってしまうことがあります。破りませんか？そんな時は、ラップなしで電子レンジでチンし、真ん中を切るだけで簡単に袋状に開けますよ！



『濡れた髪はタオルの上からドライヤーで乾かす』

タオルドライ後、新しいタオルをのせてその上からドライヤーを当てると、通常よりも5分くらい早く乾かすことができます。さらに、髪に熱風を直接当てないので、ダメージも少なくなりやすい。



## ☆今月のプレゼント！！☆

クイズに答えて  
プレゼントを当てよう！

【問題】旬のたけのこ、『〇〇〇予防にも効果的』。〇に入る言葉は何でしょう？

① 6月11日（木）18：00試合開始  
楽天 VS 横浜DeNA（コボスタ宮城）

ネット裏最前列  
プレステージプラチナ（食事つき）チケットを  
ペア1組様にプレゼント！

② 明治オリジナル スチームマスクを  
3名様にプレゼント！

③ 明治オリジナル ポーチを  
3名様にプレゼント！

欲しいプレゼントの番号と答え、住所、氏名、をご記入の上、下記の宛先までお送りください。

たくさんのご応募お待ちしております。  
（官製ハガキにて受付致します。）

☆応募〆切平成27年6月5日消印まで☆



会社名：株式会社 タカハシ

〒975-0007

住所：福島県南相馬市原町区南町3-98-1

フリーダイヤル：0120-36-7000

アドレス：newmeijitakahashi@hyper.ocn.ne.jp

FAX：0244-23-1139

URL：http://www.drink-takahashi.com/

## ★クリクラ紹介キャンペーン実施中！★

紹介しても、紹介されても、お互い嬉しいプレゼント！！  
ご友人でクリクラに興味のある方をご紹介下さい。

ご紹介いただいたご友人にご成約いただきますと

ご紹介いただいたお客様には…

紹介して  
ボトル2本分の

引換券をプレゼント！！



ご紹介いただいたご友人の方には…

紹介されて

ご契約時特典！お得なスタートプラン

初回申込み時に限りボトル3本を

スタートプラン価格：1,250円（税別）

でお届け！



## ☆投稿コーナー☆では、皆様からの

ご意見・ご感想・ご要望大募集！

FAX、Eメール、官製ハガキで承っております！

採用された方には  
素敵なプレゼントを差し上げます。

