

いんふおめーしょん@ゆいまーる 2008・10



朝晩急に涼しくなりましたね！お月見も終わったし、秋の気配があちこちに……。あんパンがさらに美味しく感じる季節ですね♪

(つて個人的に思うのです……あんパンだいすき)

以前ゆいまーるのスタッフだった方が、先日パン屋さんをオープンしました。開店前にお手伝いに行ったのですが、あの懐かしい感覚に再会(笑) お店開いてちゃんとできるかな、やり忘れてることないかな、ここはどうしよう、あそこはもう少し……なんていうドキドキとどんなお店にして行こう、どんな笑顔が見れるかな、自分はどんな日々を過ごすのかな、なんていうわくわくと。懐かしい～と感じながらも「初心忘れるべからず」と再確認して帰ってきました。ゆいまーるも来年は10歳！、10周年ですよ！！

ああ、この10年色々あったなあ……懐かしい…… と私の今年の「秋」はものおもう秋になりそうです(*^_^*) 脱！食欲の秋(笑)



先月「ナチュラル・クリーニング」について少し書きましたが、個人的には今重曹生活にハマりかけています。家族にアトピー体質がいるので特にこの季節の変わり目特に気になりますね。

重曹大さじ2にお水を200ml、これをよくとかしてスプレーなどにいれて使います。

これひとつで家の中の拭き掃除に！市販のお掃除スプレーみたいにケホケホすることもありません。重曹はおだやかな研磨効果もふくまれているので、ガラス窓などにふきつけると粉の成分がうっすらが残るときもあります。気になるときは酢水スプレーのほうがよいそうですよ(お酢：水 1：1)

↑お酢のにおいが気になるときはクエン酸を。

また、粉のまま、カーペットにふりかけてタワシなどでこすり、1～2時間置いた後、掃除機をかけるときれいになります。重曹の消臭効果で、嫌な臭いもとれますので一石二鳥です。

豆知識：【重曹】＝化学名を炭酸水素ナトリウムまたは重炭酸ソーダ(NaHCO₃)という。天然成分なので、川や海に流しても安全だし、もちろん人体にも無害です。

食用ではふくらし粉にも使用されていますね。アルカリ性。加熱すると炭酸ガスを発するという特徴があり、このガスももちろん無害。(自家製の発泡入浴剤もつくれちゃう!) 消臭・吸収作用あり ★入浴発泡剤は作り方知りたい方はスタッフまで!

新商品

楽天堂のスパイスキット

- スパイス料理キット新発売！レシピ入りなのでスパイスを使い慣れていない方でも大丈夫(^v)あとはお野菜や基本調味料があれば世界のスパイス料理
- ・豆料理をお楽しみいただけます。 各 420 円
- **ベイガンバラダ** ナスを焼いてスパイスと炒めれば本格的なインド料理
- (焼きなすのカレー) のできあがり。5皿分×2袋入
- **かぼちゃのサブジ** 使う野菜はかぼちゃだけ。ビールにもあうスパイシーなインド料理です
- **ラー油** 手作りのラー油は香りが格別です！ラーメン・餃子のほか、サラダにも合います
- **ココナツ入り** キャベツひとつでこんな楽しい野菜料理が！スパイシーな南インドの伝統料理はお酒の友にも、ご飯の友にも。
- **キャベツ炒め**

<ケニヤティおすすめの淹れかた……たくさん用意するとき……>

【マグカップ約8杯分】★魔法瓶などをご用意下さい

- ケニヤティ茶葉…ティスプーン 山盛り8杯
- 水 ……1.6リットル
- 牛乳 ……適量(温めます)

- ①ふたつきのナベで水を沸騰させ、火を止めて茶葉を入れてふたをする。
- ②そのまま4分待ったら茶漉しをつかって最後の一滴まで出し切る様に魔法瓶に移す
- ③ストレートティをマグカップに淹れてから、温めた牛乳を注ぐ。お好みでお砂糖を。

ケニヤティの特徴である
コクを楽しんでいただくために
茶葉を多く、濃い目に、抽出時
間も長めにしています



250g
1050円
ゆいまーるでは
チャイに使用しています

<10月の予定>

- 7・14・21・27日(火) ⇒牛乳入荷 お豆腐入荷(4時すぎ)
- 4・11・18・25日(土) ⇒土曜日セール！パウンドケーキなどがお買得！
- ★風の畑の農薬不使用栽培の野菜、販売再開です！地産地消もエコですよ♪

オーガニック 〒192-0075 八王子市南新町17-5 田村ビル1F
カフェ&ベーカリー www.yuimaru.net shop@yuimaru.net



◆定休日 日・月・祭日 電話 042-626-2296
◆営業時間 11:00~17:00 Fax 042-626-2307