

Relax Time
For Your Heart.

ミヤコメール

Miyaco Mail

No.30 1999~2000 冬号



こんにちは、Miyacoです。みなさんお元気ですか。
寒くて辛い冬ですが、あたたかい手作り料理をおなが
いっぱい食べれば大丈夫。ちょっとくらい太っても元気に冬をのりこえらるること
まちがいありません。



お客様のレシピ

今回はお客様からありがたいレシピを頂きましたので、ど〜んとご紹介します。
こちらが一生懸命レシピを考えてどんどん紹介しなくてはならないのに、世の中
には本当に神様のようにありがたいお客様がいらしゃいまして、勉強不足の私ど
もに、日頃作っていておいしくできたお料理を教えてくださいます。Miyacoは
本当に幸せ者です。

山口県宇部市にお住まいの屋野美津枝様から頂きました。
いつもジオの鍋を利用してお料理を作り、大変楽しいです。今は行平鍋、片手鍋、
浅型両手鍋と3種類でほとんどのお料理はできますが、少しずつ他の鍋も取りそ
ろえて行きたいと思っております。油も少量ですむので体にもいいし、ガス代も随
分と節約になりますので、本当に買ってよかったと思っております。そしてこの鍋はオール
マイティに何でも作れちゃうので、子どもも料理が好きになりました。子どもがお嫁
に行く時はこの鍋を母からのプレゼントとして一式持たせようと今から楽しみにし
ております。この鍋にして美味しく出来るようになった料理レシピを書いてみました。

アサリの釜めし (ジオ・プロダクト 浅型両手鍋25cm 使用)

材料4人分

- アサリ 1パック(砂出しする)
- 米 3合
- にんじん 1/2本
- 油あげ 1/2枚
- 大葉か三ツ葉 1/2枚
- のり 1/2枚
- 酒・みりん・うす口しょうゆ 各少々



作り方

- ①米はといでザルに上げ30分くらいおく。
 - ②鍋によく洗ったアサリを入れ火にかける。
口があいたら身を取り出し、汁は鍋の中にとっておく。
 - ③にんじんと油あげを干切りして②の鍋に入れ、①の米と水約600ccを加える。
酒・みりん・うす口しょうゆ各少々で味付けし、普通に炊く。
 - ④炊き上がったアサリの身を入れ10分程あらす。
 - ⑤よく混ぜ合わせ盛りつけて、上に千切りした大葉か三ツ葉、のりをのせる。
※普通の炊き方→鍋を中火にかけ、沸騰したら弱火におとし、10~15分程加熱する。
- Ⓜ しょうゆ味のおこげがなんとも香ばしいごちそうごはんでした。春が旬のアサリです
が、店頭にはほとんど1年中並んでいますので、いつでも楽しめますね。

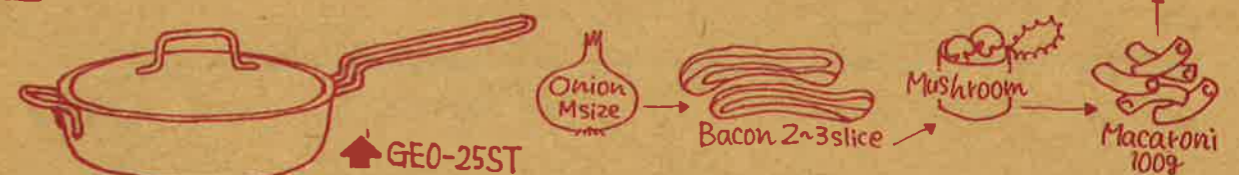


神奈川県大和市にお住まいの幸野みづ子様から頂きました。
ミヤコメールとても楽しかったです。会社の姿勢が伝わってくるようで、とても好感を持
ちました。ミヤコのソテーパン(GEO-25ST)のできるカンタンで、すごくおいしい一品を
教えてください。このグラタンは家族用手ぬきグラタンというべきもので、お鍋のまま出し
て、自分のお皿にとりわけて食べるんです。

おなベグラタン (ジオ・プロダクト ソテーパン 25cm 使用)

材料4人分 作り方

- ①⑨ピザ用チーズをバラバラとかける。
- ⑧水200ccを入れ弱火~中火で蓋をして火にかける。
- ⑦牛乳200cc ※牛乳と水は生クリームの箱を
⑥生クリーム1箱(200cc) 同量を計って入れる。
- ⑤小麦粉70g(90g1kgを片手に持てると同じくらいの重さでOK)
- ④マカロニ100g(適当に)を固いままでしきつめる。
- ③缶詰のマッシュルームをしきつめる。
- ②ベーコン2~3枚を食べやすく切らしてしきつめる。
- ①スライスした玉ねぎ中1kg分を生のままいきなりならべる。



①~⑧までの手順が終わったらはじめて火にかけ、3~5分位で蓋がカタカタいいたら
塩コショウしてグルーと全体を混ぜる。ここでチーズをかけて蓋をし、火を弱くしてマカ
ロニのゆで時間分(パッケージに記載されている時間)そのまま待つ。時間がきて蓋
をあけたらもうできあがり。油やバターは使いません。味がうすかったらもう一度塩コ
ショウして下さい。

Ⓜ 鍋ひとつ、材料を適当にどんどんぶちこんでいく、こんなお料理大好きです。牛乳と水
の分量も生クリームの箱を使うあたりが気に入っていますね。



▼ Miyacoからお願いします ▲

今まで大々的に本格的にお願いしたことはなかったのですが、

“Miyacoの鍋で作るおすすめレシピ”何かありましたらどしどしお寄せ下さい。

日頃こんなお料理を作りますとか簡単だけどおいしいからおすすめします

とか我が家に伝わる郷土料理などなど何でも結構です。

Miyacoはお客様から教えて頂き、しっかり勉強したいと思えます。

そして勉強した結果はおいおい発表して行きたいと思っています。

もしかしてものすごく沢山集まったりしたらレシピ集なんか作れたりして……

などと調子のいいことを夢んでいます。どうかよろしくお願い致します。

どうぞよろしく
おねがいします。



▼ IHヒーターとフライパン ▲

最近お客様からのお問い合わせで増えていることは「電磁調理器(IHヒーター)で使える鍋を教えてください」というものです。Miyacoでは18-8ステンレス製のものは熱効率率が落ちることからIHヒーターにはおすすめしていません。これ以外の鍋はIHヒーターにも使えるのですが、フライパンになりますと話がちょっと違います。

フライパンでの調理は、はじめに予熱することや、焼く炒めるといったハードなものであるため、フライパンにかかる負担はかなりのものになります。絶対にしてはならないといわれている空炊き、これに近い状態になるのです。(空炊き=鍋に何も入っていない状態で長時間加熱すること)ですから変色や変形といった困った状態の最も近くにいたのがフライパンなのです。

フライパン選びのポイントとしては、できるだけ厚手でIHヒーターに使える素材を選んで下さい。底の厚さは2~3mm以上、形はできるだけ平らな方が良いでしょう。素材は金鉄や有磁性ステンレス、ステンレスの多層鋼でIH対応のものなど色々ありますので、ご自分に合ったフライパンをお選び下さい。

そしてフライパン調理のポイントは、**強****中****弱**など強さの違いがありましたら、**中**で予熱、**弱**で調理となります。200VのIHヒーターはとても強力なので強くしすぎないで下さい。**弱**でも充分調理できますし、省エネになり、フライパンの寿命も伸びます。ではMiyacoのフライパンでIHヒーターにも使えるものはといいますと、

🌀 オブジェクト「レシリーズ」アルミコアフライパン

🌀 エレクッカー フッリコートフライパン

🌀 ジョ・プロダクト ソテーパン

Objet

グリシリーズ
アルミコア
フライパン



geo
PRODUCT
ソテーパン

ELECOOKER
200V
フッリコート
フライパン

……以上になります。

(IHヒーターについてはNo.9お堅い話その6でお話したことがあります)

▼ お堅い話 — その24 ▲

昭和8年、日本は国際連盟から脱退という国際関係悪化の中で、ソーシアルダンピングとの批判も受け、日本商品の排斥、日本商品への関税引き上げなどの措置を受けはじめました。

昭和10年にはエジプト、アメリカ合衆国、インド、オーストラリア、カナダ、タイなどで日本製品の輸入制限がはじまり、11年にはとうとうオランダが日本商品の輸入禁止措置を取りました。オランダは金属洋食器の主要輸出先であり、オランダの商社を通じて東南アジア、アフリカ、中南米方面へと輸出されていたので、このオランダの日本商品排斥は燕に大きな影響を与えました。

昭和12年(1937年)日華事変が牽力発し、日本は統制経済体制に入り、13年には銅使用制限令が発令されました。銅使用制限令は燕の洋食器生産を急減させ、銅にかわるものとして鉄、さらにステンレスの加工を行いました。ここをステンレス加工を体験したことは戦後の再開の時には大きな財産として役割を果たすこととなります。



ガスコンロを使いなれた方がIHヒーターで調理を始めると、かなり勝手が違って来るようです。Miyacoではこの点についてもまだまだ勉強不足なので皆様のご指導を受けたいと思っております。よろしくおねがい致します。

また、こんなミヤコメールですが、年4回季節ごとに発行していきたいと思っています。もしも、続けて読んでみたいという方がいらしゃいましたら、下記の住所までおはがきにてお知らせ下さい。その際住所、氏名、電話番号をご記入の上、右下すみの希望券をはがきに見つけてお送り下さい。



from: 株式会社 宮崎製作所 ☎0256-64-2773(代)
〒959-1276 新潟県燕市小池上通り4852-8(燕小池工業団地)