

わたなべ さおりの3時のおやつ

カプリシューズのオーナー「わたなべ さおり」が、ちょっとした工夫で美味しい簡単スイーツのレシピをご紹介します!
 ケーキ&コーヒー カプリシューズ 鳥取県境港市上道町3315 TEL 0859-58-0303

みんな大好き!イチゴを使った フレッシュイチゴのヨーグルトジュース

fresh Strawberry Yogurt Juice

- 【材料】**
 イチゴ.....100g
 無糖ヨーグルト...100g
 牛乳.....100cc
 砂糖.....30g(大さじ2)

- 【用意するもの】**
 ○グラス(約200cc)2つ
 ○タッパー(冷凍可能である物)
 ○手鍋

- 1 タッパーを用意し、イチゴを洗って4等分に切り、無糖ヨーグルトと一緒に入れ、軽く混ぜ合わせる。
- 2 それを冷凍庫で約1時間凍らせる。(倍の分量で作る場合は約1時間30分凍らせる)

ポイント

イチゴを完全に凍らせず、短時間の冷凍にすることでフレッシュなイチゴの食感を味わえます。

- 3 手鍋に牛乳と砂糖を入れ、混ぜながら鍋の周りが沸々するくらいまで温める。
*電子レンジで温める場合は、耐熱容器に入れ、様子を見ながら30秒ずつ出してかき混ぜる。
- 4 2をグラスに入れ、上から3をかける。
- 5 軽く混ぜて出来上がり。
お好みでイチゴや生クリームをトッピングしても美味しく召し上がれます。

安来出身の“わたなべ”です!
簡単スイーツ作ってみてね!



豊かな暮らしのための情報誌



発行/
Maeda Plasters
 (株)マエダプラスターズ
 〒692-0015
 鳥取県安来市今津町89-5
 TEL.0854-33-0028
 URL <https://maeda-p.jp>
 E-mail info@maeda-p.jp

お庭のある暮らし

おうち時間を満喫♪

●鳥取県米子市在住 Y様

鳥取県米子市にあるY様のお庭は、建物の外観に良く似合う、グリーンカラーのフェンスと人工芝の組み合わせが印象的です。「子供と庭でサッカーをしようと思って、人工芝と背の高いフェンスを選びました。人工芝は自分で敷きました。仕上げの一部をマエダプラスターズさんに手伝ってもらいましたが、自分で施工した達成感がありました。」と語るご主人様。

ご自分でも作業された事で、より思い入れの強いお庭となったようです。

昨年の4〜5月に掛けて緊急事態宣言が出た際には、ご自宅にいた時間が増えた為、お子様とフラレルを広げて遊んだり、キャンプ用のテントを建てて「おうち時間」を楽しまれたそうです。

この先、お子様の成長に合わせて、自転車置き場を作ったり、クルマが必要になったら駐車場を増やしたり、その都度、必要に応じてお庭を作り替えていきたいと、楽しくワクワクするような構想をお聞きました。

「今は、カーポートが欲しいなー」と近い将来から、遠い将来の事まで思いを馳せておられ、聞いているこちらにも楽しい気持ちになりました。

庭で家族と一緒に楽しんでます!



くらしの達人。

【つながり作りの達人】
池田 佳奈さん(38歳)

PROFILE

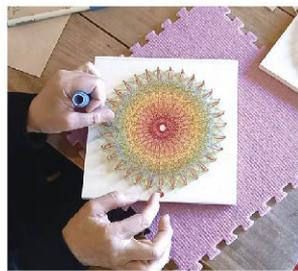
いけだ かな
1982年(S57)生まれ 大阪府出身
イチゴ農家、カフェ経営

「人と人、お店とお店をつなげる喜び」

大阪府生まれの池田さんは、イチゴ農家をしながら「母やニコニコ(キリト)」というカフェを営んでおられます。
大阪では、安来出身のご主人と居酒屋を数店舗経営しておられましたが、子育てと仕事に追われる日々に限界を感じ、お店はすべて譲り渡して安来へ移住されました。
新天地での生活を模索していた中、購入した古民家に農地が付いていたこともあり農業を始め、その際に出会ったのが「安来のイチゴ」だったそうです。
「付加価値の高い安来のイチゴを、私なりの方法でPRができなにか?と思う様になり、接客の経験も生かしてイチゴをテーマにしたカフェを開店する事を思い立ちました。」と池田さん。



丹精込めてイチゴを育てる池田さん



ワークショップで作った糸掛け曼茶羅(まんだら)

に由来しています。
「イチゴみたいに親から子へ受け継いでいけるようなお店を作りたいと思って、このお店の名前を付けました。」と語ります。
イチゴのシーズンが終わっても、夏はかき氷やメロン、秋はお芋など季節に合わせた果物や野菜を使った料理やスイーツを提供されていますが、雑貨作りのワークショップなども開催し、人と人がつながる場にもなっています。
「このお店が、安来に点在するお店とお店をつなげる休憩ポイントになれたらいいな。」と、自分の事だけでなく、安来の活性化にも思いを馳せる池田さんでした。

安来散策



今回の散策人は左官職人の高梨です。

「瑞塔山(ずいとうざん)雲樹寺(うんじゆじ)」

新緑が鮮やかな初夏の休日、安来市清井町にある雲樹寺を訪ねました。
雲樹寺は二二二二年に建てられた御醍醐天皇ゆかりの由緒正しい禅宗のお寺です。
駐車場がすぐ近くにあり、車で来られる方にはとても便利です。
長い参道を歩いて行くと見える境内やいくつかの建物は、どこもキレイに整備されていてとても素敵な空間です。
森に囲まれた場所にあるため、鳥のさえずりが聞こえ、心も洗われます。
副住職さんから雲樹寺の歴史や建物のお話を聞く事が出来たので、知識も深める事ができ、清々しい気持ちになりました。



島根県安来市清井町281
TEL.0854-22-2875

皆さんも是非、散歩がてら行ってみてくださいね。

編集後記

今回の取材でとても印象に残ったこと。
それは、「くらしの達人。」で紹介させて頂いた池田さんの「kiritoが安来のお店とお店をつなげる休憩ポイントになれたらいいな。」というお話でした。
これをお聞きした時、マエプレを作り始めた時のことを思い出しました。
それは、もともとこの情報紙は会社の紹介をするニュースレターでしたが、それだけではなく、紙面を通じて安来市のことや、人々がつながるきっかけづくりを目的として始めた企画だったということ。
池田さんとのお話で初心を思い出し、改めて今後も続けて行きたいという気持ちになりました。

前田 剛司

さらとお父さんのほのぼの日記

「大好きなリンゴ飴 みくつけた」

雪の多かったお正月が過ぎて、天気も落ち着いてきた小春日和にさらにはみんなで神社へお参りにいきました。近くの神社の祭だったので。その帰り道、神社の参道に屋台が並んでいるのを見つけたました。
とあるお店の前で立ち止まるさら。そこには大好きなリンゴ飴。さらにはキラキラと輝いて見えたのでしよう。

「リンゴ飴、欲しいんだね。どれでも好きな一つ選んでいいよ」
おとうさんからうれしい言葉を聞いて、ウキウキと楽しそうに飴を選ぶさら。
帰り道、リンゴ飴を食べながらお口のまわりを少し赤く染め、笑顔があふれるさらでした。
(おしまい)