

明日の暮らしを豊かにする情報誌[エネトピアン]

enetopian

エネトピア展2021開催

2021

11

November

「おうち」から商品を
かんたん申込!!



エネトピア展2021

～おうちで展示会～



購入・成約特典

商品のご購入 または 新規サービスご契約

「カタログギフト」がもらえる！

カタログギフト「美味リクエスト便」

※画像はイメージです。



3万円(税込)以上「ガス器具」「電化器具」「リフォーム」いずれかをご購入いただいたお客さま、または、「エネトピアガス」「エネトピアでんき」「エネトピアひかり」「アクアクララ」いずれかを新しくご契約いただいたお客さま

さらに

新規サービスご契約

「商品券等」がもらえる！

「エネトピアガス」「エネトピアでんき」「エネトピアひかり」「アクアクララ」いずれかを新しくご契約いただいたお客さまに、さらにプレゼント！

さらに
さらに

抽選で豪華景品が当たる！

A賞 計6名様



BALMUDA
マイコントースター



NINTENDO
有機ELモデル



dyson
V7 Slim

その他・SHARP 加湿空気清浄機・KARCHER 家庭用高圧洗浄機K MINI
・DOCTOR AIR 3Dスーパーブレードスマート

B賞 6名様

鳥取県産和牛
すき焼きセット



60th賞 60名様

無印良品鳥取大丸店
オリジナルギフトセット



WEB申込先 > www.enetopia.jp エネトピア 検索

10.18よりエネトピア展特設サイトがご覧いただけます

エネトピアコールセンター

電話申込先 > ☎ 0120-50-8844 9:00~19:00 (日・祝は17:00まで)

※ご連絡の際には、「お名前」「ご連絡先」「お問い合わせ内容」をお伝えください。改めて担当者よりご連絡いたします。



事前予約でショールームにて商品をご覧いただけます。



60th
ANNIVERSARY
enetopia festival 2021

エネトピア展
2021
～おうちで展示会～
10.18(月) ▶ 11.30(火)

今年のエネトピア展も

「おうち」から気になる商品をかんとん申込!!

今年のエネトピア展も、WEB／電話を使い、おうちから商品のお見積り・ご購入のお申し込みができます。お申し込み方法は簡単。エネトピア展特設サイトや、期間中折り込まれるチラシ等から気になる商品を見つけたら、申し込みフォーム、もしくは電話でエネトピアに連絡するだけ。あとは担当者が折り返しのご連絡後、商品のご説明に伺います。お客さまはおうちにいるだけで大丈夫です。

もれなく

WEBにアクセスで

デジタル
クーポン
プレゼント

Instagram × enetopia

エネトピア
フォトコンテスト

入賞作品には
図書カード3,000円分
プレゼント



消費量も購入額も日本一※ 秋から鳥取の定番地魚

9月の声を聞くと、鳥取の浜は活気づく。沖合底引き網漁の解禁だ。カニをはじめ、山陰の地魚として親しまれている魚種の多くは「沖底」で漁獲されている。

その中でも鳥取の人々に愛され、鳥取市が全国消費量1位を誇るのがカレイである。「カレイは、鳥取では鮮魚店からスーパーまで気軽に入手できる魚です。また種類も豊富で、食べ方も煮付けから刺身、揚げ物もいけます。干物も人気で、その意味でも鳥取らしい魚だと感じます」と、鳥取市元魚町の老舗鮮魚店「井上勝義商店」の代表取締役、吉川紘平さんは話す。

和食も洋食もよく合う 多彩なアレンジを楽しもう

「かに大陸」の名物「アカガレイの煮付け定食」は、県外客はもちろん、地元で食べ慣れた人にも「ひと味違う」と評判だ。1番級の大きなアカガレイを、砂糖は使わずみりん



店主 藪中 勇さん
素朴なお袋の味です。
魚本来のおいしさを
味わいににきてくだ
さい！

カレイの煮付け定食

半身でも食べ応え十分の大きさ。ふっくら炊けた身に煮汁が染みて、ごはんには、小鉢や汁物にも地魚がうれしい。1650円。

お食事処 かに大陸

☎0857-50-0123

住 鳥取市賀露町西3-13-7 町

11:00~14:30 (LO13:30)、

17:00~21:00 (LO19:00)

※第3水曜(祝日の場合は翌週水曜)、11月無休、12月31日、元日



ハレの日も、いつもの食卓にも

日本一「鳥取のカレイ」

身近で「コスパ」もよし、鳥取の冬のごちそう

◎編集／鳥取情報文化研究所 文・撮影／飯田若菜 撮影／田中良子



ヒレがきれいで、腹(目がない側面)に張りがあるものが新鮮。内臓を取って水気をよく切り、早めにいただく(写真協力／Sマート田園町店)



アカガレイのアカバツツア
魚介の旨味が凝縮。1200円～

ペペネーロイタリア館

☎0857-27-4736

住 鳥取市弥生町308-2 町 11:00～14:00、18:00～23:00 (LO22:00、日・祝はLO21:00) ※第1・3・5日曜、2・4月曜



取締役 木下陽平さん
鳥取の新鮮な魚介のイタリアンを、ぜひ食べてください！

えた雌は「子持ちカレイ」とも呼ばれて高値がつく。味や香りにくせがなく、正月や祭事でも定番のハレの食材で、子をまぶした刺身「子まぶり」は、まさに鳥取の「ごちそう」だ。エテガレイやヤマガレイは独特の

風味が好まれる。鳥取市賀露町の海鮮料理店「かに大陸」店主、藪中勇さんもその一人。「ヤマガレイが一番好きです。煮付けもいいし、干して焼いてもおいしいですよ」

※総務省家計調査「1世帯あたり品目別年間支出金額及び購入数量」で、鳥取市は金額3004円、数量3699と1位／1820年平均

カレイ料理を提供する。

「シンプルな味付けで素材の味を活かすイタリア料理は、鳥取のカレイとも相性抜群です」(シエフ・木下陽平さん)。アカバツツアはトマトとアサリ、まるごと入れたカレイの骨からも出汁がたっぷりだ。「カレイは身近で当たり前の存在がもしませんが、都会では一流の料亭で主役を張る魚。地元の人ももっと自信を持つてほしい」(木下さん)。

鳥取の冬は松葉ガニが脚光を浴びるが、カレイは味も鮮度も良く、大さの割に価格も手頃。家庭の日常のおかずにも店の人気メニューにもなる、なかなか華麗な存在だ。藪中さん曰く「煮付けは『美味しい魚をリーズナブルにお腹いっぱい食べられる』と喜ばれます。定食のカレイは普通は半身ですが、1枚分注文される方もいるんですよ。鳥取人なら、一度はカレイ尽くしを。



「カレイのごまぶりは冬が旬ですが、ぜひシーズンには一度召し上がっていただきたい郷土の味です」(井上勝義商店 吉川さん)

華麗なる アカガレイカレー

column 家でカレイを美味しく楽しむ



スーパーで入手できるご当地ルウ「鳥取カレーの素」を使って作ってみよう。

作り方

- 1 カレイは内臓を取り塩・コショウをして小麦粉をまぶしてキツネ色に揚げる。
- 2 鍋にバターを入れてクミンシード、しょうがを香りが出るまで炒め、玉ねぎを加えてあめ色になるまで炒める。
- 3 2にんにんじん、水360ccを入れて煮込み、鳥取カレーの素、ガラムマサラ、しょうゆを加え5分煮る。
- 4 皿にご飯を入れ3をかける。

- 材料 4人分
- アカガレイ(小4枚)・にんじん(すりおろし)2本
 - 玉ねぎ(すりおろし)2個
 - しょうが(みじん切り)1片
 - クミンシード(5g)
 - バター(30g)
 - 小麦粉(適量)
 - ガラムマサラ(2g)
 - 薄口しょうゆ(10cc)
 - 塩・コショウ(適量)
 - 鳥取カレーの素(100g)



©鳥取県

01 | こどもの台所

さつまいも料理

さつまいもの炊き込みご飯 / 大学芋

11月7日(日) 10:00～13:00



講師 上級食育アドバイザー よしみ
参加費 3,000円
定員 6名
対象 年中～小学生
申込み締切日 11月02日(火)
申込み開始日 10月20日(水)

02 | げんきごはん

スパイスカレールーづくり

①11月17日(水)②24日(水)
10:00～11:30



講師 Piatto Kitchen まえたよしえ
参加費 3,500円
定員 6名
対象 一般
申込み締切日 ①11月11日(木)
②11月18日(木)

03 | おうちおやつ

サクッとスコーン

11月6日(土) 10:30～12:30



講師 上級食育アドバイザー よしみ
参加費 4,000円
定員 6名
対象 一般
申込み締切日 10月30日(土)

04 | ー(ひといち)パン

ゴロゴロさつマール

①11月19日(金)②23日(火)③26日(金)
④30日(火) 10:00～13:00



講師 石田 優花
参加費 3,000円 定員 4名
対象 15歳以上
申込み締切日 ①②11月13日(土)
③④ 20日(土)
申込み開始日 10月30日(土)

05 | 親子ケーキ教室

バスクチーズケーキ

11月28日(日) 10:00～11:30
12:30～14:00



講師 石田 優花
参加費 3,200円
定員 親子4組
対象 5歳～小学生
申込み締切日 11月23日(火)
申込み開始日 11月02日(火)

●お申込みは先着順となります ●各教室は予告なく変更になる場合があります ●ホームページからお申込みできます ●3日前～当日のキャンセルにはキャンセル料が発生します

🍷 今月のレシピ 里芋コロツケ 【料理:まえたよしえ】



材料(4人分)
里芋・・・4個(250～300g)
ひき肉・・・100g
玉ねぎ・・・1/2個
エリンギ・・・100g
塩・・・ふたつまみ
味噌・・・大さじ1.5～2
[A] みりん・・・大さじ1
こしょう・・・お好み
米粉・卵・パン粉・・・適量
油・・・適量

つくり方

- 1 鍋に里芋と水を入れ火にかけ15分程ゆがき、竹串が通ったら冷水に移し皮をむく。
- 2 熱いうちに1を潰し、塩ふたつまみふり下味をつけておく。
- 3 玉ねぎ・エリンギはみじん切り、ひき肉は湯通しておく。
- 4 鍋に大さじ2の水、玉ねぎ・エリンギ・塩ひとつまみ(分量外)、ひき肉を入れ蓋をし、弱火でスチームする。
- 5 4に[A]を加え味付けし水分をしっかり飛ばし、2と混ぜる。
- 6 5を成形し、米粉・卵・パン粉の順に衣をつけ、170℃に温度設定し油であげる。

※5を冷やすと成形しやすくなる。※カレー粉を小さじ2ほど入れても美味しい。

enetopia plaza

営業時間 9:00～17:00(休館日:日、月曜・GW・年末年始) 鳥取県鳥取市片原5丁目503 ☎0570-04-8833 www.salute-withgas.jp

enetopia
plaza
information

今月の料理教室情報

選べるプランですっとおトクな電気サービス

enetopia でんき

割引プランで月々がおトク

スタート割 ※1

330円税込/月
おトク

月々割 ※1

165円税込/月
おトク

最適プランを3年契約で

48,300円税込 おトク ※2

※1 エネトピアでんき ベーシックライフは各種割引プランの対象外です。※2 <試算条件>年間電力使用量:6,433kWhにて試算(資源エネルギー庁HPより(世帯あたり電気使用量)(16/8))、燃料費調整額・再生可能エネルギー発電促進賦課金含まず。

特約プラン

再エネライフ100

対象の電気料金プランに特約として追加加入いただくことで、使用される電気のCO₂排出量を実質ゼロにできるプランです。



単位	料金単価
主契約の使用電力量1kWhにつき	2円20銭(税込)

料金体系:ご契約の料金プラン(主契約)の料金に、ご使用電氣量に応じた環境価値相当額を加算いたします。

サービスのお申し込みはこちら

エネトピアでんき
インフォメーションセンター

☎0120-50-8820 平日・休日問わず
10:00～20:00

www.enetopia.jp



里芋コロケ【料理:まえたよしえ】

材料(4人分)

里芋・・・4個(250～300g)
 ひき肉・・・100g
 玉ねぎ・・・1/2個
 エリンギ・・・100g
 塩・・・ふたつまみ
 味噌・・・大さじ1.5～2
 【A】みりん・・・大さじ1
 こしょう・・・お好み
 米粉・卵・パン粉・・・適量
 油・・・適量

作り方

- 鍋に里芋と水を入れ火にかけ15分程ゆがき、竹串が通ったら冷水に移し皮をむく。
 - 熱いうちに1を潰し、塩ふたつまみふり下味をつけておく。
 - 玉ねぎ・エリンギはみじん切り、ひき肉は湯通しておく。
 - 鍋に大さじ2の水、玉ねぎ・エリンギ・塩ひとつまみ(分量外)、ひき肉を入れ蓋をし、弱火でスチームする。
 - 4に【A】を加え味付けし水分をしっかりと飛ばし、2と混ぜる。
 - 5を成形し、米粉・卵・パン粉の順に衣をつけ、170℃に温度設定し油であげる。
- ※5を冷やすと成形しやすくなる。※カレー粉を小さじ2ほど入れても美味しい。

いすね。

泥がついている状態なら、そのままで冷暗所で1カ月は持ちます。泥がついていない場合は、保存期間が1週間なので、早めに食すのがいいですね。

里芋

おせちでは、「子孫繁栄」を願う食材の里芋。初夏から秋が旬なので、おいしいのは今ですね！

免疫カアップ！

里芋のぬめり成分の元はムチン。粘膜を保護する働きがあることで、胃潰瘍などの予防に役立ちます。さらに、肝臓や腎臓を強化して、体内の免疫力を高めてくれます。また、食物繊維が豊富なので、腸内環境を整えて、生活習慣病予防が期待できるのも嬉しいですね。

泥つきを選んだ

里芋を選ぶときは、湿り気のある泥つきのものを。泥が適度な温度と湿度を保ってくれるので長持ちします。また、丸く、重みがあるものがベストです。

選べるプランですっとおトクな電気サービス

enetopia でんき

割引プランで月々がおトク

スタート割 ※1

330円^{税込}/月
おトク

月々割 ※1

165円^{税込}/月
おトク

最適プランを3年契約で

48,300円^{税込}おトク ※2

※1 エネトピアでんき ベーシックライフは各種割引プランの対象外です。※2 <試算条件>年間電力使用量:6,433kWhにて試算(資源エネルギー庁HPより(世帯あたり電気使用量)(16/8))、燃料費調整額・再生可能エネルギー発電促進賦課金含まず。

特約プラン

再エネライフ100

対象の電気料金プランに特約として追加加入いただくことで、使用される電気のCO₂排出量を実質ゼロにできるプランです。



単位	料金単価
主契約の使用電力量1kWhにつき	2円20銭(税込)

料金体系:ご契約の料金プラン(主契約)の料金に、ご使用電氣量に応じた環境価値相当額を加算いたします。

サービスのお申し込みはこちら

エネトピアでんき
インフォメーションセンター

0120-50-8820 平日・休日問わず
10:00～20:00

www.enetopia.jp

家中どこでもエネトピア

エネトピアはガスだけでなく、電気やインターネット、宅配水など
様々なサービスのご提供で、みなさまの暮らしを支えます。



生活インフラを支えて100年

enetopia ガス

ガスの安定供給を続けて

100年の実績

安心・安全にご利用いただくため保安体制も充実

エネトピアコールセンター ☎ 0120-50-8844 9:00~19:00
(日・祝は17:00まで)

選べるプランですっとおトクな電気サービス

enetopia でんき

最適プランを3年契約で

48,300円(税込) おトク※

※<試算条件>年間電力使用量:6,433kWhにて試算(資源エネルギー庁HPより(世帯あたり電気使用量)(166)),燃料費削減費・再生可能エネルギー発電促進賦課金含まず

エネトピアでんき インフォメーションセンター ☎ 0120-50-8820 平日・休日問わず 10:00~20:00

ガスとセットでおトクな高速インターネット

enetopia ひかり

エネトピアガスとセットでおトク
ダブル加入でさらにおトク!!

エネ割 + 2年割 = **W 割**

エネトピアひかり インフォメーションセンター ☎ 0120-50-8833 平日・休日問わず 10:00~19:00



まずは試したい! 無料お試しセット

1週間 無料で お試し + 12入り ボトル1本 + おんしゅ サポート料 + さらに! **1,000 エネトピアポイント プレゼント!**※

※無料お試しセットを利用した後、対象期間までにご入会いただいた方が対象となります。対象期間は、下記までお問い合わせください。

アクアクラ山陰 ☎ 0120-40-8833 平日 9:00~17:00

enetopia