

明日の暮らしを豊かにする情報誌[エネトピアン]

enetopian

2022

5

May



ホームランドリー化計画

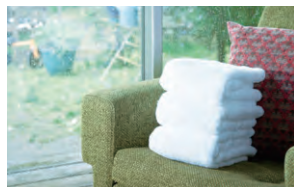


Rinnai 乾太くん
RDT-54S-SV
スタンダードタイプ / 5kg
【メーカー希望小売価格】
140,800円(税込)

ホームランドリー ー 化計画

日本では、多くの地域で年間100日以上(※1)雨が降ります。
ガス衣類乾燥機「乾太くん」は、
一度使うと手放せない快適さと心地よさ。
ガスの力でスピード乾燥と、99.9%の除菌効果。(※2)
リンナイ「乾太くん」で、我が家も、ホームランドリーに。

天候を気にせず いつでも洗濯



外干し不要の乾太くんなら、雨の日の洗濯も安心。天候を気にする心配がありません。花粉の季節や黄砂・PM2.5など大気汚染が気になる日も大活躍。衛生的に仕上がるため、赤ちゃんの衣類乾燥にもオススメです。

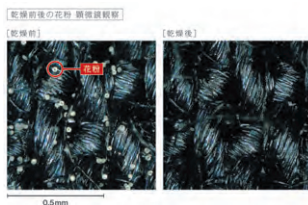
嫌な生乾き臭を しっかりカット

乾太くんなら菌の減少率

99.9% ※2

洗濯物を部屋干しすると生じる生乾きの悪臭。その原因は「モラクセラ菌」です。乾太くんなら、80℃以上の温風乾燥でモラクセラ菌の発生を抑制できます。外干しや日光消毒でも除去できないニオイを取り除きます。

花粉中の アレル物質を軽減



天日干しの後でも、乾太くん乾燥させることで衣類に付着した花粉中のアレル物質を軽減できます。乾燥時間も短時間で済み、経済的。帰宅後の衣類のお手入れにもオススメです。

※1 出典：総務省統計局「統計でみる都道府県のすがた2017」より

※2 試験機関：愛知学院大学薬学部 / 試験対象：モラクセラ・オスロエンシス / 試験方法：菌付着布の生菌数測定。緩衝液中で菌を洗い出し、寒天平板にて培養。

OWNER'S VOICE

鳥取市・M邸

乾太くんと出会って早5年。子どもが花粉アレルギーなので、設置しました。毛布やシーツなどの大物も思い立った時にすぐ洗濯できるので、いつでも清潔に保てます。子どもの急な洗濯物も、慌てることなくニコリ対応!! もう乾太くんなしでは考えられません。家族の一員です(笑)



HOME LAUNDRY LIFE

ガス衣類乾燥機

Rinnai
乾太くん





モサエビの季節が到来！ 知名度、ブランド化も進む

春の音が聞こえ始めると、ここ鳥取にはにわかに存在感を増す海の幸がある。「モサエビ」だ。

沖合底びき網漁で9月から5月まで水揚げされ、松葉がに漁が一段落する3月から5月に漁獲量が増す。この時期は海水温が低いため、身体の色が美しく鮮度も保たれやすいとされる。正式名はクロザゴエビといい、「ガスエビ」など日本海沿岸各地に地方名がある。鳥取の「モサ」は、猛者を彷彿させる「ゴツゴツ」とした頭が由来ともいわれる。

体長は13cm前後。〃甘エビを超える〃と誉れ高い濃厚な甘味が特徴かつ魅力だ。生で食せば弾力とモチツリ食感で、舌にすっしり乗ってくる。塩焼きは甘さが引き立ち、ミソの詰まった頭まで殻ごと味わえる。

モサエビは非常に足が早く※1、遠隔地への出荷が難しい。日本海でしか取れない希少性と相まって「幻のエビ」とも呼ばれることも。鳥取市内で「しゃんしゃん亭」を営む本城誠さんは「10年料理修業した東京では、モサエビを一度も見ませんでした」と、その〃幻〃ぶりを語る。

一方で近年は行政や観光協会、漁協などが情報発信に努め、岩美町では「いわみ八宝※2の一つに数えてブランド化に取り組んでいる。」



春先から漁獲量が増え、スーパーや直売店で入手しやすくなる。鮮度が落ちると黒ずむため、透明感があるよく活きたものを選ぼう。写真提供／道の駅きなんせ岩美

甘エビも〃驚く〃猛者 鳥取の「モサエビ」

春こそ食べたい、水揚げ地の華にして〃幻のエビ〃

◎編集／鳥取情報文化研究所 文・撮影／飯田若菜 撮影／田中良子



写真提供／道の駅きなんせ岩美



モサエビの刺身800円～、提供は漁期の～5月頃まで。

多彩なアレンジで七変化 全身まるごと味わい尽くす

鳥取市賀露町西の「かろいち」内にある、海鮮丼が名物の「いか太郎」。なかでも「モサエビ丼」は、大ぶりのモサエビ5〜6尾が白米を覆うポリウム。揚げたての頭の香ばしさも食欲をそそる。

「このエビは〃甘い！〃と感動される声をよく聞きます。モサエビ丼が目当ての方が増え、着実に鳥取の名物になってきています」と山田さ

んは、人気の高まりを感じている。多い日には50食が出るという。「モサエビは生でも焼いても揚げても美味い。楽しみ方がたくさんある食材だと思います」と、その高いポテンシャルにも期待大だ。

本城さんの「しゃんしゃん亭」では、モサエビを刺身、唐揚げ、そしてチャーハンとピザの創作料理でも提供。「他のエビにはない独特の強い甘味と旨味を、しっかり活かせるように工夫しました」（本城さん）。

オリジナルのチャーハンとピザは、ローストしたモサエビを殻ごとミキサーにかけて使う。殻、ミソ、身が三位一体となって、香ばしく甘く濃厚な味わいが堪能できる。

「県外の方は、唐揚げに〃頭も食べられるの！〃と驚かれます。鳥取でしか食べられない味なので、ぜひわざわざ食べに来てほしい。コロナ禍が落ち着いたら、以前好評だったモサエビラーメンも復活させたいですね」（本城さん）。

近年冷凍技術が発達し、漁期外でも食べられるようになってきたが、活エビが出る旬の旨さは逃したくない。なんといっても、あの濃厚な甘さ。食せば、著名な美容家ではないが「幻々」と発してしまうかも。



祭り酒場 誠代表 本城 誠さん

祭りの縁日のような雰囲気でもサエビを楽しんでください！

モサエビ料理各種（刺身・創作）

写真左はモサエビの唐揚げ770円、チャーハン800円、ピザ1400円。3品とも通年提供。チャーハンは砕かれた殻がおいしい食感。ピザのソースはモサエビペースト。チーズが合う！

居酒屋 しゃんしゃん亭

☎0857-30-7555

☞鳥取市末広温泉町158-3

☎18:00～24:00 休日曜



column 田 もっとモサエビを美味しく楽しむ

お話／道の駅きなんせ岩美 営業部長 浅井一さん



エビ身が入った「もさえび天」(330円・テイクアウト320円)は、軽食コーナー「おばちゃん家」で販売。☎9:30～15:30

モサエビはとにかく鮮度が命！ 選ぶ時は頭の部分が赤く瑞々しいものを選んでください。モサエビのなかでも殻に模様がある「ガラモサ」は本モサと比べると若干値段が安いので、ガラモサがあればこちらを買うのもオススメです。

刺身を召し上げの方が多くと思いますが、頭はいい出汁が出るので、それを使つてのみそ汁など、汁物もまた格別。モサエビは1尾丸ごと楽しめる優れたものです。

近年は県外の方からも、モサエビ入荷の問い合わせをいただくことが増えています。やはりモサエビの濃厚な甘さが好評のようです。

「きなんせ岩美」では生もさえびの販売のほか、オリジナルの天から人気です。ぜひ一度食べてみてください、こちらもちやミツキになりますよ。

●モサエビはここで買える！…道の駅きなんせ岩美 ☞岩美郡岩美町新井337-4 ☎9:00～19:00 休無休 ☎0857-73-5155

※1…鮮度が落ちやすいこと。 ※2…岩美町を代表する農産物『白いか・モサエビ・赤かいらい・岩がき(夏輝)・マコモタケ・新雪梨・松葉がに・ばばちゃん(タナカゲン)』を指す。

01 | こどもの台所

お外で食べたい 簡単キャラ弁

5月7日(土) 10:30～13:00



講師 上級食育アドバイザー よしみ
参加費 3,000円
対象 年中～小学6年生
定員 8名
申込み締切日 4月30日(土)
申込み開始日 4月15日(金)

03 | おうちおやつ

ブランデー香るブッセ

5月13日(金) 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
対象 一般(お子さん連れでも大丈夫)
定員 6名程度
申込み締切日 5月7日(土)

05 | ケーキ教室

台湾カステラ

5月31日(火) 10:00～13:00



講師 石田優花
参加費 3,500円
対象 15歳以上
定員 4名
申込み締切日 5月24日(火)
申込み開始日 5月 6日(金)

- 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



enetopia plaza

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

ゴールデンウィーク中の営業について 5月1日(日)～5日(木)は休館させていただきます。

02 | げんきごはん

麴でまろやか 自家製アンチョビ作り

5月18日(水) 10:00～12:00



講師 Piatto Kitchen まえたよしえ
参加費 3,500円
対象 一般
定員 4名
申込み締切日 5月11日(水)

04 | ー(ひといち)パン

甘酒あんぱん

5月25日(水)26日(木)27日(金)
10:00～13:00



講師 石田優花
参加費 3,500円
対象 一般
定員 4名
申込み締切日 5月19日(木)
申込み開始日 4月26日(火)

🍽️ 今月のレシピ【料理:まえたよしえ】

グリルde おいしい米粉ガレット

材料(4人分)

米粉・・・100g	アスパラガス・・・3本
水・・・100cc	スナップエンドウ・・・100g
牛乳・・・50cc	厚切りベーコン・・・60g
【A】卵・・・1個	しめじ・・・1袋
塩・・・2g	エリンギ・・・100g
オリーブオイル・・・大さじ1	卵・・・4個
マヨネーズ・・・大さじ1	とろけるチーズ・・・お好み
	オリーブオイル・・・適量
	塩・胡椒・・・適量

つくり方

- 1 ボウルに【A】の水、牛乳、卵、マヨネーズ、塩、米粉の順にかきまぜながら加え、最後にオリーブオイルを入れてしっかり混ぜ生地をつくる。
- 2 野菜・ベーコンは好みの大きさにカット。ベーコン以外オリーブオイルをまぶし、塩・胡椒ふる。
- 3 グリルに2を並べ、強火でタイマーを4分に設定し焼く。しめじのみアルミホイルに包んで、蒸し焼きにする。
- 4 フライパンに油(キッチンペーパーで均一に)をひき、1の生地を薄くフライパン全体に流し入れ、中火でほんのり焼き色をつけていく。
- 5 生地の中央に凹みをつけるように円状にグリルした3を置く。凹みに卵を割り入れ、ミックスチーズを好みで散らし、生地の端を持ち四方を折り曲げる。
- 6 蓋をし、弱火で卵に火が通るまで焼き上げる。
- 7 卵に火が入ったら器にもる。

enetopia
plaza
information

今
月
の
料
理
教
室
情
報



「エネトピアでんき」は、選べるプランで ずっとおトクな電気サービス

最適プランを3年契約で

※<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

48,300^(税込)円おトク

ライフスタイルに 合わせて選べるプラン

「あまり電気を使わない」「昼間も電気をたくさん使う」「夜間・休日に電気をたくさん使う」等、ライフスタイルに合わせてお選びいただける5つのおトクなプランをご用意。最適プランをお選びいただけます。

- ・エネトピアでんき ベーシックライフ
- ・エネトピアでんき スタンダードライフ
- ・エネトピアでんき プレミアムライフ
- ・エネトピアでんき セレクトライフ
- ・エネトピアでんき 電化セレクトライフ

月々がおトクになる 割引プラン

スタート割

新規利用+3年間ご利用で月々がおトク!

330円(税込)/月おトク

月々割

対象プランを3年契約で月々がさらにおトク!

165円(税込)/月おトク

※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。

エネトピアでんき
インフォメーションセンター ☎0120-50-8820 9:00～19:00(日・祝は17:00まで)※12/31～1/3は除く www.enetopia.jp



グリル de おいしい 米粉 ガレット

今月のレシピ
【料理：まえたよしえ】

材料(4人分)

- 米粉・・・100g
水・・・100cc
牛乳・・・50cc
卵・・・1個
塩・・・2g
オリーブオイル・・・大さじ1
マヨネーズ・・・大さじ1
アスパラガス・・・3本
スナップエンドウ・・・100g
厚切りベーコン・・・60g
しめじ・・・1袋
エリンギ・・・100g
卵・・・4個
とろけるチーズ・・・お好み
オリーブオイル・・・適量
塩・胡椒・・・適量

作り方

- 1 ボウルに【A】の水、牛乳、卵、マヨネーズ、塩、米粉の順にかきまぜながら加え、最後にオリーブオイルを入れてしっかり混ぜ生地をつくる。
- 2 野菜・ベーコンは好みの大きさにカット。ベーコン以外オリーブオイルをまぶし、塩・胡椒ふる。
- 3 グリルに2を並べ、強火でタイマーを4分に設定し焼く。しめじのみアルミホイルに包んで、蒸し焼きにする。
- 4 フライパンに油(キッチンペーパーで均一に)をひき、1の生地を薄くフライパン全体に流し入れ、中火でほんのり焼き色をつけていく。
- 5 生地中央に凹みをつけるように円状にグリルした3を置く。凹みに卵を割り入れ、ミックスチーズを好みで散らし、生地の端を持ち四方を折り曲げる。
- 6 蓋をし、弱火で卵に火が通るまで焼き上げる。
- 7 卵に火が入ったら器にもる。

栄養ドリンク代わり

アスパラガスは、アスパラギン酸とアスパラギン酸カリウムを多く含んでいます。アスパラギン酸はエネルギー代謝に関わる成分で、アスパラギン酸カリウムは糖質の代謝を促進し、疲労をとる作用があるので、疲労回復が期待できます。健康ドリンクにも入っている成分なんですよ。

アスパラガス

近代の食材のように思われがちですが、実は江戸時代に日本に入ってきた。当初は、観賞用として栽培されたそうです。

切らずに茹でるのがポイント
茹でるとき、切つてから茹でると、うまみや栄養成分が溶け出してしまうので、切らずに長いまま茹でるのがベストです。保存するときは、乾燥しないようにビニール袋に入れ、冷蔵庫で立てて保存してください。



「エネトピアでんき」は、選べるプランで ずっとおトクな電気サービス

最適プランを3年契約で

※＜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

48,300^(税込)円おトク

ライフスタイルに 合わせて選べるプラン

「あまり電気を使わない」「昼間も電気をたくさん使う」「夜間・休日に電気をたくさん使う」等、ライフスタイルに合わせてお選びいただける5つのおトクなプランをご用意。最適プランをお選びいただけます。

- ・エネトピアでんき ベーシックライフ
- ・エネトピアでんき スタンダードライフ
- ・エネトピアでんき プレミアムライフ
- ・エネトピアでんき セレクトライフ
- ・エネトピアでんき 電化セレクトライフ

月々がおトクになる 割引プラン

スタート割

新規利用+3年間ご利用で月々がおトク!

330円(税込)/月おトク

月々割

対象プランを3年契約で月々がさらにおトク!

165円(税込)/月おトク

※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。



enetopia plaza

語学教室

新規生徒募集中

【4月・5月入会金無料キャンペーン】

クッキングや
クラフトなど
楽しいイベントデーも
あります♪

子ども英会話教室

火曜日～土曜日開催

月謝:4,950円～/月(税込)
(教材費別)

入会金:2,200円

1レッスン:45分

クラス

年少～小学6年生

※各クラス無料体験実施中です。
詳しくはお問い合わせください。

英語教室

毎週金曜日開催

月謝:4,000円/月(税込)
入会金:2,000円

クラス

文法 11:00～
初級 13:30～
中級 14:30～
初心者 15:30～

中国語教室

毎週日曜日開催

月謝:4,000円/月(税込)
入会金:2,000円

クラス

中級【II】 10:00～
初心者 11:00～
会話編 13:00～
初級 14:00～
中級【I】 15:00～

enetopia plaza

鳥取県鳥取市片原5丁目503 ☎0570-04-8833 www.salute-withgas.jp

enetopia