

明日の暮らしを豊かにする情報誌 [エネトピアン]

enetopian

11

November 2023

エネトピア展 2023 開催

エネトピア展 **01 大特価!**

ガス機器・オール電化商材・リフォーム商材が
イベント限りの大特価



エネトピア展 **02 豪華プレゼント!**

「商品のご購入」または「新規サービスご契約」で
「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。



対象者

- 3万円(税込)以上の商品をご購入されたお客さま
- いずれかを新規にご契約されたお客さま

enetopiaガス

enetopiaひかり

さらに 3万円(税込)以上の商品をお買上のお客さまには
抽選で豪華景品が当たるチャンス!!



エネトピア展 2023 開催

大好評のエネトピア展を今年も県内各地で開催します!
最新ガス機器からリフォームまで
おトクなこの期間に、ぜひお買い求めください。

エネトピア展
開催
スケジュール

岩美地区

日時

10.27(金)▶28(土)
9:30▶17:00(最終日は16:30まで)

会場

サンマート岩美店
鳥取県岩美郡岩美町浦富1105

鳥取地区

日時

10.28(土)▶11.5(日)
10:00▶18:00

会場

丸由百貨店 本館5Fテラス
鳥取市今町2丁目151

倉吉地区

日時

11.17(金)▶18(土)
9:30▶17:00

会場

まちかどステーション
鳥取県倉吉市大正町1067-29

米子地区

日時

11.3(金)▶4(土)
10:00▶17:00(最終日は16:00まで)

会場

タカラスタンダード米子支店
鳥取県米子市両三柳2900-3

松江地区

日時

11.10(金)▶11(土)
10:00▶17:00(最終日は16:00まで)

会場

エネトピア松江
鳥取県松江市玉湯町布志名637-158

※会場、時間等、変更になる場合があります。予めご了承ください。



老舗の「奥出雲そば」は生地の「こね」に妥協なし

鳥取県東部は「うどん食圏域」としばしば言われるが、平成、令和になるにつれそば店が増えてきた。そしてここに来て、鳥取のそばの人氣がさらに加速しているようだ。今から約60年前、昭和40年に創業した鳥取市におけるそばの老舗「吾妻そば」の店主、内田健児さんは世代の広がりを感じているという。



そばの皮の甘皮（殻のすぐ下の種皮）ごと挽くと、写し色も香りも濃くなる。写真は鹿野そば道場の「手挽きそば」の「生そば」。

新そばシーズンこそ楽しみたい 因幡で「そば喰い」

近年人気のそば、昭和と平成の老舗を訪ねその意味を探った。

◎編集／鳥取情報文化研究所 文・撮影／飯田若菜 撮影／田中長子



※例年10月下旬から年末までが「新そば」の時期

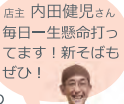
「以前は中高年のお客さまが中心でしたが、近年は若いカップルや小さなお子さんを連れてご家族が増えました」

「吾妻そば」は内田さんの実家である鳥根県奥出雲町で昔ながらの手打ちと味を守る奥出雲そば「吾妻そば」の暖簾分け。2代目の健児さんはこの道44年の職人だ。

出雲そばは実を製粉する際に甘皮ごと挽くため、色が黒く香りも強い。「肝心なのは「こね」。生地をよくこねてきめ細かくしないと、そばになった時に切れやすくなりません。季節の温湿度によって水量を加減します」（内田さん）。毎朝打つそばは50人前ほど、1玉10人分は約2・5kgと大玉だ。「コネは重労働だが、納得いくまで精一杯力を込める。」



わりごそば 3枚850円～
出雲そばの代名詞。通常3枚で1人前で、250円で他のメニューに1枚追加できる。皿ごとに薬味を変えて楽しもう。



店主 内田健児さん
毎日一生懸命打っています！新そばもぜひ！

そば定食 1000円
そばは温と冷が選べる。いなりと小鉢2つもお腹も満足する人気の品。好みのそばに300円追加しても定食にできる。



吾妻そば
☎0857-23-0186
鳥取市本町1-206 時 11:00～16:00(LO15:30) 水曜



地元のそば粉100% 郷土愛も深まる「鹿野そば」

地元のそばを追究するのが鳥取市鹿野町にある「鹿野そば道場」だ。平成6年から旧鹿野町で休耕田を活用

石臼は速く回すとそば粉が粗くなりすぎるため、ゆっくりと回す。「手挽きそば」以外機械式の石臼で、甘皮を含めずに挽く。粉が細かくツルツルの喉ごしが格別。手挽きそばは二八、そのほかは大和手ずつなぐ十割そばとなる。



香りを堪能するため、まずは何もつけずに食そう。塩はわさび、柚子、岩塩の3種。



手挽きそば 1000円 香りが抜群でモチリ感のなかにつぶ感が良いアクセント。玉ねぎと干しエビのかき揚げ(430円)もぜひ。

鹿野そば道場
☎0857-84-3888
鳥取市鹿野町鹿野2448-9 時 11:30～14:00、そば打ち体験10:00～※前日10時までに予約 水曜

用して始まったそば栽培は気高町や青谷町にも広がり、現在使うそば粉は100%地元産だ。自慢は前日に挽く新鮮なそば粉。中でもひとときわプレミアなのが、職人が石臼を手で回して製粉する1日10食限定の「手挽きそば」だ。「甘皮部分も含めてゆっくりと挽きます。やや粗めの粉になり、香りがとても豊かで、少しブツブツとした食感も特長。これを目当てに県外から来られる方もいらっしゃいます」と、店長の上田篤さんの自信作だ。つゆは鰹をメインに、「かけ」と「つけ」を別に作る。「しっかりとつけて食べる方が多いので、つけつゆは甘めの味にしています」という。また、そば道場は1名からそば打ち体験ができる場所でもある。学校行事や家族連れなど、若者からも人氣を博している。「そば粉を使った菓子など、新しい商品開発にも挑戦したい」と上田さん。鹿野はそば処として、ますます名を高めそうだ。今回紹介した2店舗は、県東部では多くの人がある人気の店。挽きこねと、日々の手仕事を大切に、その日最上のそばを出してくれるからこそ、そばの如く長く愛される存在になっていくのだろう。

column **ご当地グルメ! 鳥取の駅そば「砂丘そば」** 語る人: 植田英樹(鳥取情報文化研究所 代表)

鳥取のそばのロングセラー、それは駅弁の老舗、アベ鳥取堂が昭和29年(1954年)から鳥取駅で提供する「砂丘そば」である。「砂丘そば」の魅力は店の前からも香る芳醇なつゆ。「北海道日高産昆布と厳選した削り節を使って自社で作っています。創業当時から味は変えていません」(アベ鳥取堂・阿部正昭社長)という、砂丘そばの要だ。さらに旨味を加えるのが生のあごちくわ。独特の弾力もあり、つゆとベストマッチで、麺とはまた違う食べる楽しさを与えてくれる。約70年続く駅の名物は出張や旅立ち前の朝食、また常連さんにタクシードライバーの昼食はもとより、近年は海外客も増えたという。女性スタッフが注文ごとに一杯ずつ作る「砂丘そば」、自動化が進む鉄道業界だが、「砂丘そばはこれからは人手仕事であってほしいのだ。」

香る逸品「砂丘そば(430円)」、人気のトッピングはニンジン、ゴボウに小柱、エビも入った手作りのかき揚げ(170円)。

●砂丘そば 鳥取市東品治町111-1 時 6:30～18:15(LO) 無休

01 | Hana sweets

米粉のアーモンドフロランタン

11月30日(木) 10:00~13:00

クッキー生地に重ねたキャラメルアーモンドが香ばしい♪米粉で作るのでグルテンフリーです。



[講師] 石田優花
[参加費] 3,500円
[定員] 4名
[対象] 15歳以上
[申込み締切日] 11月23日(木)
[申込み開始日] 11月1日(水)

02 | タッチアンドトライ

グリルでパエリア

かぼちゃのポタージュ

11月8日(水)10日(金)11日(土) 11:00~13:00

グリルで炒めずにパエリアを作ります。材料さえ入れてしまえば案にお料理が完成!



[参加費] 500円
[定員] 4名
[対象] 一般
[申込み締切日] 11月4日(土)

03 | ー(ひといち)パン

りんごパン (個人)

①11月24日(金)②25日(土)③28日(火)
④29日(水) 10:00~13:00



手作りりんごのコンポートとチーズクリームをたっぷり入れて、見た目も可愛く作ります。

[講師] 石田優花
[参加費] 3,500円
[定員] 4名
[対象] 15歳以上
[申込み締切日] ①②11月18日(土)
③④22日(水)
[申込み開始日] 11月1日(水)

04 | ー(ひといち)パン 親子

りんごパン (親子)

11月23日(木) 10:00~13:00

[講師] 石田優花
[参加費] 3,500円
[定員] 4組
[対象] 5歳~小学生の親子
[申込み締切日] 11月17日(金)
[申込み開始日] 11月1日(水)

●お申込みは先着順です●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名以上でお申込みの場合はグループレッスンを受けられます。ご相談ください。



カオマンガイ

材料(2人分)

鶏もも肉...1枚
塩こしょう...少々
お米...1合
水(炊飯用)...180cc
お酒...大さじ1
鶏ガラスープの素...小さじ2
にんにく(チューブ)...小さじ1
塩...ひとつまみ
白ネギ(青い部分)
【タレ】
白ネギ(白い部分)...1本分
ポン酢...大さじ2
ごま油...大さじ1
砂糖...小さじ1
にんにく(チューブ)...小さじ1/2
生姜(チューブ)...小さじ1/2
ナンプラー...小さじ1/2

きゅうり
トマト
パクチー...適量

つくり方

- 鶏肉は皮目にフォークで穴を開け、塩こしょうしておく。
- フライパンを火にかけごま油をひき、鶏もも肉を皮目を下にして入れ、両面こんがり焼く。(表面だけで中は生で大丈夫)
- 炊飯鍋にお米、水(炊飯用)、調味料、2の鶏肉、白ネギの青い部分を入れて、コンロのごはんモードで炊飯する。
- タレを作る。
みじん切りした白ネギ、ポン酢、ごま油、砂糖、にんにく、しょうが、ナンプラーを混ぜ合わせる。
- お皿に盛り付ける。

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

Connect with us /
Instagram

@enetopiaplaza_torigas



山陰にもっとエネルギーを /

インスタプレゼント キャンペーン

抽選で8名さまに、

大江ノ郷自然牧場の

「牧場にこにこセット」プレゼント



応募条件

- ①当社の公式アカウントをフォロー(@enetopia1918)
- ②本キャンペーンの投稿に
「最近嬉しかったこと、元気が出たこと」をコメント
- ③鳥取県、島根県にお住まいの方

募集期間

11月18日(土)まで

詳しくはこちら▼



@enetopia1918



カオマンガイ

今月のレシピ【料理：石田優花】

材料(2人分)

鶏もも肉・・・1枚
塩こしょう・・・少々
お米・・・1合
水(炊飯用)・・・180cc
お酒・・・大さじ1
鶏ガラスープの素・・・小さじ2
にんにく(チューブ)・・・小さじ1
塩・・・ひとつまみ
白ネギ(青い部分)

【タレ】

白ネギ(白い部分)・・・1本分
ポン酢・・・大さじ2
ごま油・・・大さじ1
砂糖・・・小さじ1
にんにく(チューブ)・・・小さじ1/2
生姜(チューブ)・・・小さじ1/2
ナンプラー・・・小さじ1/2

さゆり

トマト

パクチー・・・適量

作り方

- 1 鶏肉は皮目にフォークで穴を開け、塩こしょうしておく。
- 2 フライパンを火にかけごま油をひき、鶏もも肉を皮目を下にして入れ、両面こんがり焼く。(表面だけで中は生で大丈夫)
- 3 炊飯鍋にお米、水(炊飯用)、調味料、2の鶏肉、白ネギの青い部分を入れて、コンロのごはんモードで炊飯する。
- 4 タレを作る。
みじん切りした白ネギ、ポン酢、ごま油、砂糖、にんにく、しょうが、ナンプラーを混ぜ合わせる。
- 5 お皿に盛り付ける。



鶏肉

高タンパクで低脂肪、さらにはビタミンB群や鉄分も豊富な鶏肉は、美容にも疲労回復にも効果があります。

4点をチェック!

購入時にチェックするのは4点。①色：透明感のあるキレイなピンク色、②ハリ：表面に弾力がある、③皮の毛穴：盛り上がっている、④鶏肉の下の白いシート：鶏肉は水分が多いのが特徴。シートが赤くなっていたら、水分とうまみが抜けて

いるサインです。

食中毒に要注意!

保存する際は、ドリップをキッチンペーパーで拭き取り、ラップで包んでジッパー付保存袋に入れて密閉し、冷蔵庫のチルド室へ。鮮度が落ちると、食中毒菌のカンピロバクターが繁殖しやすくなります。調理の際は鶏肉の中心部を75℃以上で1分以上加熱してください。



＼山陰にもっとエネルギーを／

インスタプレゼント キャンペーン

抽選で8名さまに、

大江ノ郷自然牧場の

「牧場にこここそセット」プレゼント



応募条件

- ①当社の公式アカウントをフォロー(@enetopia1918)
- ②本キャンペーンの投稿に
「最近嬉しかったこと、元気が出たこと」をコメント
- ③鳥取県、島根県にお住まいの方

募集期間

11月18日(土)まで

詳しくはこちら▼



@enetopia1918

重要なお知らせ

検針票Web照会サービス ご利用申し込みのお願い

2023年度を目途に一部書面(※1)でのお知らせを廃止するため、検針票Web照会サービスのご利用申し込みをお願いします。

※1都市ガスもしくは簡易ガスをご契約のお客さまは検針票と口座振替領収証、それ以外のサービスをご契約のお客さまは口座振替領収証の書面交付を廃止いたします。

- ・「検針票Web照会サービス」の申し込み手続きが完了した時点で、検針票および口座振替領収証の書面交付は廃止されます。
- ・インターネット環境をお持ちでないお客さまはお申し込みいただくことで書面交付の廃止以降も従来通り書面を交付させていただきます(インターネット環境をお持ちでなく書面交付も不要のお客さまは、申し込みの必要はございません)。その際はお問い合わせ窓口までご連絡いただきますようお願いいたします。

enetopia 

検針票Web照会サービス

検針票や口座振替領収証をインターネット上でご確認いただけます

右記QRコードより
ご利用申し込みができます



※スマートフォンをお持ちでないお客さまは下記URLからお申し込みいただけます

詳しくは

エネトピア 検索 https://www.enetopia.jp/?page_id=12472

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)

enetopia 