

おばあちゃんの知恵袋



傷んでしまった小麦粉の活用法

さまざまな料理に活用できる小麦粉。みなさんはどのように保存していますか？冷蔵庫やキッチンの収納棚に入れている方が多いと思いますが、どちらの保存方法も実は傷みやすいんです。常温保存している小麦粉にはダニが発生。特に湿気が多いキッチン周りはダニが繁殖するのに適した環境で、冷蔵保存は結露が発生するためカビが生えてしまうことも。小麦粉は密閉容器に入れてなるべく涼しいところに保存して安全な料理を楽しんでください。



◎賞味期限が切れてしまった小麦粉の活用法

頑固な油汚れにふりかけ、しばらく置いた後、お湯で絞った雑巾で拭き取ります。小麦粉は粒子が細かいため、油を吸収しやすいです。ぜひ試してみてください。

きのこのだしびたし



さっぱりとして
いくらでも食べられます！

材料(作りやすい量)

作り方

- | | | |
|-----------------------|---|------------------------------|
| えのきだけ(大)・・・1パック(200g) | ① えのきだけき根本を切り落とし3等分に切る。しいたけは軸を生いたけ・・・2パック(200g) | 除いて薄切りにする。まいたけはほぐす。 |
| まいたけ・・・1パック(100g) | ② 鍋に A)を入れて火にかけ、沸騰したらきのこを加えサツと煮て火を止めて粗熱をとる。 | (だしはかつおだし、煮干しだし、お好みのものを！) |
| A) だし・・・カップ2+1/2 | | |
| しょうゆ・・・大2+1/2 | | |
| みりん・・・大1 | | ♪ 煮汁ごと密閉容器に入れ、冷蔵庫で3日間保存可能です！ |

季節を楽しむ壁のアレンジ術



おしゃれで使える簡単アイデア！

普段は意識することの少ない壁スペース。実は常に視界に入り部屋の印象を左右する重要ポイントです。簡単などころからアレンジに挑戦して秋を楽しんでみませんか。



黑板シート
かわいくおしゃれなうえ予定を記入するなどの実用性も

飾り棚
一度とりつければ収納として活躍します。

ドライフラワーや木の実は壁にプラスして秋らしさをとりいれて

写真やポストカード
マスキングテープで四方を囲ってフレーム風にアレンジ

ウォールステッカー
照明のスイッチなどに小さくあしらって

カラー
黄色や赤など暖色系で統一すれば寒い季節も暖かに