



おばあちゃんの知恵袋

電子レンジは食品を温めたり、短期調理に使えるもので、
毎日使用する家電のひとつ。
そのため、電子レンジ庫内には油や食品カスが飛んで汚れが溜まっていることも

庫内の汚れをそのままにしておくと、こびりついて落としにくくなります。
さらにほっておくと、その汚れから雑菌が繁殖し、
悪臭の原因や残った汚れで加熱の効率が落ちてしまいます！

食品カスは主に酸性なので酸性の汚れは
アルカリ性の【重曹】を使って掃除するとキレイに落とせます。

- ・コップ1杯の水に重曹大さじを混ぜて、レンジで5分加熱
- ・加熱後は扉を閉めて20分放置
- ・コップに残った重曹水をふきんなどにつけて絞り庫内の汚れを拭き取る
- ・仕上げに軽く水拭きし、乾拭きしたら完了！

頑固なよごれの場合部分的に中性洗剤を使うのも○
使った後は良く水拭きしてくださいね！



鮭ときのこのピリ辛炒め

鮭と野菜、きのこ類がゴロッと入った食べ応え抜群のメニュー。
豆板醤の辛さとすし酢の優しい酸味がベストマッチの味わいです♪

(2人分)

- 鮭2切れ、ニンジン…1本、しいたけ…4個、舞茸…1パック、ブロッコリー…1/3個、小麦粉…大さじ1
- A: 味噌…大さじ1、豆板醤…小さじ1、すし酢…大さじ1と1/2、しょうゆ…小さじ1
- 粉山椒、サラダ油…適量

- ① 鮭は3センチほどに切る。舞茸は大ぶりに手でさき、ニンジンは皮をむいて1センチの輪切りにする。しいたけは茎を切り落とし、2等分に切る。ブロッコリーは花房に分ける。Aの調味料は合わせておく
- ② ①の鮭に小麦粉をはたき、サラダ油を熱したフライパンで炒め、火が通ったら鮭を取りだし、野菜・きのこ類を炒める。
- ③ 鮭と野菜、きのこ類を合わせて、Aの調味料を加えて軽く炒め、器に盛りつけて粉山椒をかける。

※鮭に小麦粉をはたくことで、旨みを閉じ込めるとともに、調味料も絡みやすくなります。



白井市のリフォームGoogleクチコミ



かみの こうむてん

(株)神野工務店 ☎ 0120-461-206

〒270-1431 千葉県白井市根1780-116

★工事のご依頼・ご相談、お気軽にお問合せ下さいませ

