



おばあちゃんの知恵袋

ドクダミで作る天然虫よけ・かゆみ止め

ドクダミは日本の三代薬草で、その特有の香りには「抗菌・殺菌効果」があり、漢方やお茶に使われます。今回はドクダミの葉を使った虫よけ・かゆみ止めの作り方を紹介します。

アルコール漬け(チンキ)は虫よけや化粧水として利用可能で、手軽に作れます。

【材料】

- ・ドクダミ
- ・ミントやラベンダーを入れてもOK
- ・アルコール(ホワイトリカー)
- ・瓶:(煮沸消毒済み)
- ・スプレーボトル

【ドクダミチンキの作り方】

- ①ドクダミを洗う
- ②葉に着いた水を乾かす
- ③瓶にドクダミを入れる
- ④ホワイトリカーを入れる(ドクダミが浸かる程度)
- ⑤1~2週間漬ける(冷暗所に保管)



全体が黄色になると完成です。コーヒーフィルターなどで濾したチンキをスプレー容器に入れ、虫除けやかゆみ止めとして使います。市販の虫除けの成分は海外では規定があるくらいきつい成分が入っていることもあるので、肌が敏感な方やお子さんには、自然から作られる天然虫除けを自作してみてもいいかもしれません。もちろんドクダミチンキが合わない人もいますので、使ってみて違和感を感じたら使用はお控えください。暑くなり虫が増える時期なので是非作ってみてください。

やみつき

絶品!豚バラとナスの胡麻ダレ

火を使わず簡単に作れる、食欲そそる、夏のスタミナおかず



材料(4人分)

豚バラ肉(薄切り)…240g、ナス…4本、
調味料;酒…大さじ2、すりごま・みそ・ごま油…大さじ2
砂糖(はちみつ代用O)…大さじ2、しょうゆ…小さじ2

作り方

- ①ナスを縦目(しめめ)剥きにし、縦4つに切り分ける。
- ②酒以外の調味料を混ぜておく。
- ③ナスを豚バラ肉で巻いて、耐熱容器に重ならないように並べ、酒を振り、ふわりとラップをかけ電子レンジ(600W)で6分程加熱。
- ④器に盛り②の調味料をかけて出来上がり☆



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 

