

皆さま、元気でお過ごしでしょうか？

みなさんに暮らしと住まいを快適にするためのちょっと役立つ情報をお届けいたします。

今回のテーマは「余った日本酒の活用法」です。

皆で集まってお酒を大いに飲んだあと、日本酒が余ってしまった、なんてこと、ありませんか？

調味料として使うのも良いですが、他にもさまざまな活用法があります。



【ちょい足しで美味しさアップにお役立ち♪】

●麺類がワンランクアップ

ゆで上がりに大さじ1杯ほどふりかけると、ツヤ弾力が増します。

また、焼きそばを炒めるとき、日本酒を少々振り掛けてさらに炒めると、麺がふっくらとしますよ。

●カップ麺やインスタントラーメンにもおすすめ!

カップ麺なら、出来上がりに、インスタントラーメンなら、火を止める寸前にお好みによって小さじ1杯～大さじ1杯を加えると、日本酒に含まれるアミノ酸などのうまみ成分がスープの味をまろやかにしてくれます。

●固くなったお餅をやわらかく

固くなってしまったお餅に日本酒を少々かけ、1時間ほど置くと、お餅がやわらかくなり、切りやすくなります。

●ご飯を炊くときに加える



日本酒を少々入れると、日本酒に含まれる糖質のおかげで、お米のつやと甘みが増します。古いお米もワンランクアップさせることができます。

お米1合に対し、小さじ1～2杯程度の日本酒を加えるのがおすすめ♪

●煎り酒でいろんな料理にプラス



煎り酒は冷蔵庫で2週間ほど待ちます

梅干を種ごと1個と日本酒300cc、塩少々を鍋に入れて、中火にかけます。沸騰したらかつお節を入れ、弱火にして半量になるまで煮詰めて漉せばできあがり。刺身を食べるとき、お醤油の代わりに使ったり、炒め物に加えたりと重宝しますよ。

【日本酒に含まれる豊かな成分を美容に活かす】

●日本酒風呂でゆったり♪

38～40度程度のお湯に日本酒をコップ1～2杯ほど入れてよくかき混ぜます。

日本酒に含まれるアミノ酸やコウジ酸などが肌をしっとりさせてくれます。また、血の巡りも良くなり、ポカポカ。そのまま洗い流さず上がって良いですが、気になるようなら、洗い流してください。

●洗顔にも効果的

洗面器1杯のお湯に日本酒をコップ1/3くらい入れ、顔全体に行き渡るように何度か洗うと、しっとりします。

●化粧水を手づくり

精製水と日本酒を2：1の割合で混ぜ、グリセリンを数滴お好みに合わせて入れればできあがり。アミノ酸などのほか、抗酸化作用のある「フェルラ酸」も入っているのでお肌に良いです。冷暗所で保管し、1週間程度で使い切りましょう。

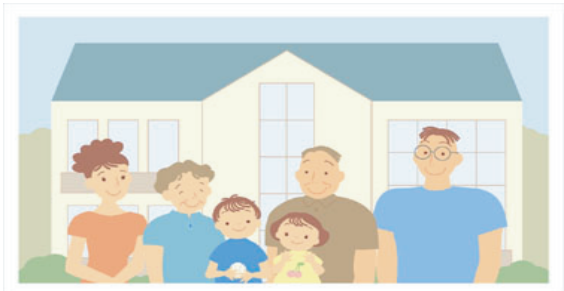


体や顔に使う場合は、米と米麴だけで作られている「純米酒」がおすすめです。

※日本酒の量は、お好みによって調節してください。

※日本酒風呂や洗顔、化粧水に使う際、アルコールの刺激が気になる場合は、アルコールを飛ばして使っても、日本酒の効果は変わらないそうです。

注：お肌に合わない時や、体調不良を感じた際は、即使用を中止してください。



TOYAスマイル倶楽部事務局
今治市玉川町中村甲677-7
有限会社十弥工務店内
TEL (0898)36-8182
FAX (0898)36-8183
E-mail : toya-info@toya.co.jp