



ミラノ風カツレツ ～トマトソース～

スイートバジルのおはなし

シソ科／原産国：インド／別名：バジリコ、メボウキなど

バジルは多くの料理に使われる定番のハーブです。ふっくらとした緑葉と、甘くさわやかな香りが特徴です。トマトとの相性は抜群でサラダ、ピザ、パスタ、炒め物、ペースト状のソースにして和え物などにも、広く用いられています。牛肉やトマトと一緒に焼きに合わせるなど、和テイストで食べるのもおススメです。

バジルの洗い方と保存方法

水をためたボウルの中でやさしく押し洗いをします。茎の切り口は水に湿らせたキッチンペーパーで包み、蓋つきの容器に入れ、冷蔵庫の野菜室で10℃～15℃で3～4日保存が可能です。



バジルの豆知識

ハーブにはロマンチックなエピソードが多数ありますが、「バジル」は豊穡の象徴とされ、欧州ではプロポーズの際にバジルの枝を渡すという風習があったそうです。

材料 -4人分-	
<ミラノ風カツレツ>	
豚ロース肉2枚
塩・コショウ少々
薄力粉適量
溶き卵1個
バター大さじ1
サラダ油大さじ2
モッツアレラチーズ100g
スイートバジルお好みで

- 作り方**
- 豚ロース肉は余分な脂を切り落として包丁で筋切りをし、ラップの上から肉を伸ばすように軽く叩いて伸ばす。
 - 「香りパン粉」の材料をフードプロセッサーで混ぜ合わせる。
 - ①の豚ロース肉に軽く塩・コショウをして、薄力粉→溶き卵→香りパン粉の順で衣をつける。
 - フライパンにバターとサラダ油を熱し、3を焼く。両面3分くらいずつ焼き、まわりがカリカリときつね色に仕上がったら、スライスしたモッツアレラチーズをのせて蓋をして、チーズがとけたところで火を止める。
 - お皿にトマトソースを敷き、4をのせてスイートバジルをトッピングする。

トマトソース

カットトマト缶1缶	すりおろしニンニク小さじ1
玉ねぎ150g	コンソメ1個
オリーブオイル大さじ2	塩・コショウ少々

- みじん切りにした玉ねぎとオリーブオイル、すりおろしニンニクを耐熱ボウルに入れて混ぜ合わせ、ラップをかけて、600wで4分加熱する。
- ①が熱いうちにコンソメを砕きながら加えとかし、トマト缶を加える。2重にラップをし、更に電子レンジ600wで7分加熱する。
- できあがったら、料理に合わせて塩・コショウで味を調える。

間違い探しの答え ①ケーキの上のサンタさん ②ケーキの上の葉っぱの色 ③左上ツリーに金色のオーナメント
④左のお皿の上のフォーク ⑤右下のロウソクの炎

株式会社丸道工務店

〒910-0234 福井県坂井市丸岡町今市 9-1

TEL. 0120-031-898 FAX. 0776-66-4853



丸道工務店

丸道工務店 坂井市

検索

快適で豊かな暮らしを応援

BRAND NEW MAGAZINE

ブランニューマガジン

12 December
2025

今月号の
特集

エッセンシャルオイルで、リラックス&リフレッシュ
香りのある暮らしを楽しむ

・知っておきたい大人のマナー
・5つの違いを見つけよう！
・ミラノ風カツレツ



／知っておきたい大人のマナー／

大切な人への花の贈り方

結婚式や誕生日、記念日など、花を贈る機会は意外に多いもの。でも、どんな花がいいのか、どんなタイミングがいいのかなど、いろいろと迷ってしまうことも多いでしょう。今回は、花を贈るときのポイントや注意点、おすすめの花や色、花言葉などをご紹介。

結婚祝い

明るくてやさしいパステル系の花がおすすめです。また、花嫁が身につけると幸せになれるという「サムシングブルー」にちなみ、ブルー系の花を贈る場合もあります。気をつけたいのは赤や黄色のバラ。赤いバラは恋人に贈る花、黄色いバラの花言葉は“嫉妬”です。お祝いムードに水を

出産祝い

男の子の場合はブルー系やクリームイエローの花、女の子の場合はピンク系など、ふんわりとやわらかな色合いで。また、“ベビープレス”と呼ばれることもあるカスミソウもアレンジにはおすすめです。名前にちなんだ花や、退院後なら記念樹になる観葉植物もよいでしょう。

新築祝い

香りが強すぎず、置き場所に困らないものがよいでしょう。観葉植物はインテリアにも馴染みやすく、長く楽しんでもらえるためおすすめです。ただし、赤い花は火を連想させる場合があります、新居に贈るには不適切とされることもあります。そのため、淡い色合いや落ち着いた雰囲気

お見舞い

香りの強い花や花粉の多い花、散りやすいものやキクの花、鉢物は避けるようにしましょう。また、花束の場合、4本、9本、13本など不吉とされる本数も嫌われます。花瓶がないこともありますので、フラワーアレンジメントだと喜ばれるでしょう。

<h3>誕生日の花</h3> <p>贈る相手の好みに合ったもの、また、誕生月の誕生花を選ぶ</p>	1月	・シンビジウム ・スイセン	4月	・カスミソウ ・ミヤコフスレ	7月	・ユリ ・トルコキキョウ	10月	・ガーベラ ・コスモス
	2月	・フリージア ・マーガレット	5月	・カーネーション ・スズラン	8月	・ヒマワリ ・アンスリウム	11月	・キク ・プバリア
	3月	・スイートピー ・チューリップ	6月	・バラ ・グラジオラス	9月	・リンドウ ・クジャクソウ	12月	・カトレア ・ストレリチア

5つの違いを見つけよう！

間違い探しクイズ

下の2枚の写真には、左右で違うところが5つあります。間違いを見つけたら○をしましょう。全部見つけることができるかな？



クリスマスケーキ編

FIND THE DIFFERENCE

間違い探しの答えは裏面へ

エッセンシャルオイルで、リラックス＆リフレッシュ

香りのある暮らしを楽しむ



エッセンシャルオイルって？

エッセンシャルオイルは、花や葉、果実などから抽出した100%天然の香り成分を凝縮した液体です。香りを用いて心や体を癒すアロマセラピーにより、ストレス緩和やリフレッシュ効果が期待できます。マッサージにも使われますが、原液は刺激が強いので植物油で薄めて使うのが一般的です。

エッセンシャルオイルの種類と香りの特徴

エッセンシャルオイルには100を超える種類があるといわれます。また、香りの特性によって次のように分類されます。

フローラル系 甘く華やかで優雅な香り	・ラベンダー ・ジャスミン ・ローズなど	シトラス系 柑橘系のフレッシュでさわやかな香り	・スイートオレンジ ・グレープフルーツ ・ベルガモットなど	ハーブ系 清涼感のあるスッキリとした香り	・ペパーミント ・ローズマリー ・カモミールなど
樹木系 落ち着いた深みのある香り	・ティーツリー ・ジュニパーベリー ・ユーカリなど	スパイス系 刺激的で温かみのある香り	・シナモン ・ジンジャー ・クローブなど	オリエンタル系 異国を思わせるような魅惑的な香り	・イランイラン ・サンダルウッド ・パチュリなど

エッセンシャルオイルを暮らしに取り入れる

アロマセラピー初心者さんに

ハンカチにお好みのエッセンシャルオイルを1〜2滴垂らしてバッグの中へ入れると、外出先でもお気に入りの香りが楽しめます。エッセンシャルオイルによってはシミができる場合もあるので注意。

おすすめの香り

緊張感をほぐしてリフレッシュしたいときには、ラベンダーやベルガモット、集中力を高めたいときにはペパーミントやローズマリーの香り

お部屋で“芳香浴”を楽しむ

リードディフューザーやエッセンシャルオイルを染み込ませたアロマストーンをお部屋に置くと、やさしく香りを広げてくれます。アロマポットなら、キャンドルの炎のゆらぎも癒しの効果に。

おすすめの香り

サンダルウッドやユズには気分を落ち着かせる効果があります。おやすみ前には、スイートオレンジとラベンダーでゆったりとした気分に。

香りに満たされた至福のバスタイム

ぬるめのお湯にエッセンシャルオイルを3〜5滴。温熱効果と蒸気によって香りが広がり、心身共にリラックス。刺激が強いものはキャリアオイルで薄めてから使うとよいでしょう。

おすすめの香り

甘くフローラルな香りのゼラニウムやネロリは、気持ちを整える働きがあります。スイートマジョラムは手足の冷えが気になる方におすすめ

アロマスプレーで拭き掃除

スプレーボトルに水100ccとエッセンシャルオイルを10滴程入れてよく振ります。無水エタノールを10ccほど加えると混ざりやすくなり、除菌力もアップ。テーブルなどの拭き掃除に。

おすすめの香り

ティーツリーはスッキリとした香りで、消臭・カビ対策にも役立ちます。また、レモンに含まれるリモネンには油污を落とすやすくなる働きも。

エッセンシャルオイルの注意点

原液は肌に直接塗らず希釈して使用しましょう。ペットや小さな子ども、妊娠中の方への使用には配慮してください。また、火のそばや高温での使用を避け、必ず使用方法を守って安全にお使いください。