

表紙



ジャンル 生活情報誌

内容

「中林美和さんちのみんなでワイワイ家族ごはん」という連載コーナーの中で、「中林美和さんの今月のおすすめ クリスマスグッズ」としてシルエットグラスが紹介されました。

中林美和さんの今月のおすすめ  
クリスマスグッズ



1. ノエル・ド・バリシルエットグラス  
メリークリスマスシルエットグラス

「キャンドルをともすと、絵柄が浮かび上がるのがファンタジー!」  
専用キャンドル4個付き。各¥1050/カメヤマキャンドルハウス

2. ホリデー ダズンボックス

「お呼ばれも増える、ホリデーシーズンの手土産にも最適です!」  
12個入り¥1800/クリスピー・クリーム・ドーナツ・ジャパン

3. ウィルトン ジンジャーマンクッキーキット

「ジンジャーマンクッキーと、それをデコする材料がセットになっているキットなの。娘たちと楽しみたいなり!」。¥2625/PLAZA

トマトの酸味と甘みがコクになります!

鍋の日はショートパスタで!

ペンネ (約200gが目安) はたっぷりの熱湯に湯を捨てて乾燥期間どおりで、ザルに上げます。トマト湯に入れ、オリーブオイル大さじ1を加えて煮からめます。湯に沸いたら、好みでチーズ100gを溶かして、上のお肉と人参をのりこめるときは、こぼれ防止のため。

中林美和さんの今月のおすすめ  
クリスマスグッズ

食感を生かしたいから、  
レタスとクレソンは仕上げに入れます

**トマト鍋**

材料 4~6人分(1人分 357kcal ※6人分の場合)

鶏もも肉(ひとくち大に切る)	200g
エビ(殻を抜いて背をたもとりに除く)	4尾
玉ねぎ(しきり切り)	1/2個
しめじ、しいたけ(どちらも小房に分ける)	各1/2パック
マッシュルーム(2つ割りにする)	8個
じゃがいも(ひとくち割りにして水にさらし、水気をきる)	2個
トマト(食べ残)	3個
トマト水漬肉(カットタイプ)	1個(400g)
ブロッコリー(小房に分ける)	1/2個
レタス(大きめにちぎる)	1/2個
クレソン(葉を剥ぎ、茎は長さ半分ほど切る)	1束
にんにく(薄切り)	1片
濃厚スープの素	2個
オリーブオイル	塩 適量

作り方 (調理時間20分)

- 鍋にAとCとオリーブオイル大さじ2を入れて弱火にかけ、香りが出たら中火にして鶏肉を入れ、火が通るまで炒める。
- 1.にエビ、玉ねぎ、きのこ類、じゃがいもを入れて軽く炒め、トマト、トマト水漬肉、塩(適量)、水1/2カップ、濃厚スープの素を加えて約12分煮る。ブロッコリーを加えて1~2分炒め込み、塩、こしょう少々を溶かして味を調える。
- レタスとクレソンは、火の通りが遅いので、煮立て鍋に加えながら煮る。

1~3を器に入れて、お好みでチーズを乗せ、お肉と人参が隠れるくらいまで焼く。

この連載の関連商品は、ネットで買えます! サイトこだわり専門店 検索 <http://www.7netshopping.jp/shop/saita> 読者からもアクセス可能!



kameyama candle house.