

寿楽だより

第2号
H26. 9. 1



割烹 寿楽 店主 甲斐田 功 (53-6181)

ミニギャラリーをご利用ください。

皆さんが作られたせっかくの作品です。



寿楽の玄関ホールに飾ってみませんか

いつまでも 気の向くまま
展示OKです。(もちろん無料)

大村寿司
今から五百年ほど前「大村十六代領主 純伊」は有馬勢との戦いに敗れ 玄海の孤島「加々良島」に落ち延び 不運な七年間のあと 文明十二年（一四八〇年）杵島の豪族の支援を得て大村領を取り戻しました。
領民たちは旧領主のお帰りを喜び 将兵たちの労をねぎらうために食事の準備をしようとしたが食器が揃いません。そこで「もろぶた」にみんなそれぞれ持ち寄った材料を広げ 押し寿司を作り それを将兵が脇差で切つて食べたのが「大村寿司」の始まりと伝えられています。

健康 食べ合わせって 何だろう!!

- ◎ お互いの効果が数倍に増える組合せ
オクラと納豆 玉ねぎと豚肉 ニラと卵
揚げ物には生キャベツ など
- ◎ 一緒に食べることでマイナス効果になる組合せ
(良くない組合せと昔から言い伝えられている。)
うなぎと梅干 天ぷらとスイカ カニと柿 など

※トマトときゅうり
サラダなどの定番の組合せですが、きゅうりに含まれる酵素がトマトに含まれるビタミンCを壊します。
酢を加えることで酵素の働きを抑えるので、酸味のあるタレやドレッシングを合わせるのには理にかなっています。

生活雑学
ボールをぶら下げておくと
車庫入れに便利!
ガレージに車を入れるとき、バックの感覚が良くわからなくて壁にぶつけてしまうことがあります。こうならないためには、ガレージの中に天井からボールをぶら下げておきます。
車にボールが当たってからどれくらい下がるか覚えておくと、ぶつける心配がありません。

9月の限定料理 **秋ご膳**
大村湾で獲れたての旬(チヌ、ワタリガニ)



(1日10食限定) 2,000円+税

道歌二首
実るほど頭をたれる稲穂かな
下がるほど人は見上ぐる
藤の花
可愛くば二つ叱って三つ褒め
五つ教えて良き人にせよ