

# 住まいのとも通信



Vol. 53  
2018年11月

<発行>  
脚古田工務店  
大阪市東住吉区杭全5-1-14  
tel: 06-6713-8234  
fax: 06-6713-8222

## いろいろなフォンデュを楽しんでみませんか？

ひとつのお鍋にチーズやチョコレートを溶かし、食材をつけ絡めて食べるフォンデュ。みんなでやれば、盛り上がりますよ！みなさま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「いろいろなフォンデュを楽しむ」です。



### ランチやパーティーが華やかになるフォンデュ

チーズやオイルなど、火にかけながら楽しむスタイルは、専用の鍋でなければと思いがちですが、普通の鍋と卓上ガスコンロでもできますよ。フォンデュといって思い浮かぶのはチーズフォンデュ。とろとろに溶かしたチーズに野菜などをつけ絡め、アツアツをほおぼると、幸せな気分になりますね。チーズフォンデュのベースはピザ用チーズ。弱火にかけ、ゆっくり溶かしながら少しずつ白ワインを入れ、好みのやわらかさに調整してください。電子レンジなら600Wで1分半ほど。溶け具合がまだなら、さらに電子レンジで時間を調整しながら溶かしてください。ホットプレートを使うのもおすすめです。合う食材は、ブロッコリーやにんじんなどの野菜はもちろん、ウィンナーやミートボール、ちくわやはんぺんといった練り物もとてもおいしいですよ！食パンもおすすめです。お好みで牛乳や味噌を加えても♪



オイルフォンデュはオリーブオイルで野菜などを素揚げして好みのソースをつけて食べる料理です。てんぷらなどと違って衣もないので、意外とヘルシーです。鍋にオリーブオイルを入れて温め、野菜を入れてプツプツと泡が立ったらOK。温度は160~180度がおすすめです。油はねが強くなってきたら火を調節してください。ちなみに、たこ焼き器の穴にオイルを入れて楽しむのも良いですね。おすすめの食材は野菜全般にウィンナーなど。じゃがいもやにんじんなど固い野菜はあらかじめ電子レンジで温めておくといいですよ。ソースは、マヨネーズやケチャップとソースを混ぜたバーベキュー風ソースがおすすめ。マヨネーズには粒マスタードを混ぜれば大人の味に。エビなどの魚介類もおすすめ！



### デザート系フォンデュをワイワイ楽しもう！

デザートとして楽しめるフォンデュもご紹介！チョコレートフォンデュは市販のチョコレートに牛乳を少しずつ足しながら好みのやわらかさに調整してください。いちごやバナナなどの果物はもちろん、クッキーやベビーカステラ、マシュマロなどもおすすめ！ポテトチップスは甘しょっぱさを楽しめ、味のバリエーションも広がります。あんこフォンデュで和風スイーツパーティーはいかが？市販のあんこに無糖なら砂糖を加えて好みの甘さにし、水を少量ずつ加えながらのぼしていきます。水ではなく牛乳で伸ばせば、マイルドに仕上がります。よりとろみがあれば片栗粉を加えてもOKです。こちらもいちごなどの果物はもちろん、白玉だんごもおすすめ。お餅を小さめに切り、トースターで軽く焼いたものでもいいですよ。食パンも手軽でおいしいです。チョコもあんこも、残ったらアイスに掛けるなどして楽しむのも良いですよ♪デザート系フォンデュは固まりにくいので、食卓で火を使わずにできます！  
・・・食べ過ぎに注意ですね(^\_^;)



### 間違いさがし

左右のイラストで違うところが5箇所あります。  
チャレンジしてみね！  
☆答えは裏を見てね☆

新築・リフォーム・リノベーション・不動産等、お家の事は何でも古田工務店へ！