

あなたの街のでんきこうじやさん

# 電気のかわら版

電気につながるお付き合い。

住まいの電化はパナソニック  
エキスパート工事店

10月号

## 食欲の秋

食欲の秋ですね！この時期は美味しいものがたくさんあって、目移りしてしまいます。

ところで、秋になるといつもより食欲が増える気がしますませんか？これは気のせいではなく、「心身の安定につながるホルモンの分泌を増やすため」「冬に備えてエネルギーを補充するため」に食欲が増すことがあるそうです。



## 秋の味覚

みなさんは秋の味覚で何がお好きですか？脂の乗ったサンマや「嫁に食わせるな」で有名な秋茄子、スイーツだとサツマイモやカボチャも人気ですよ。

これらの食材以外にも秋の味覚はまだあります！

下記のクイズには秋の味覚が隠れていますので、ぜひ探してみてくださいね。

### 秋の味覚を 探そう！クイズ

秋に旬をむかえるものは  
どれでしょう？答えは  
5つありますよ。  
正解はページ右下でチェック！

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| ハ | サ | バ | サ |
| マ | イ | タ | ケ |
| グ | ク | ー | リ |
| リ | ラ | イ | ン |
| バ | ナ | ナ | ゴ |

## 秋の食材をもっと美味しく！

秋は美味しそうな食材がたくさんあって、いろんなメニューを試したくなりますよね。今月は、旬の味覚をさらに美味しく手軽に調理することができるパナソニックの **IHクッキングヒーター** をご紹介。ムニエルや旬のフルーツを使ったスイーツなど手軽に美味しく作ってみませんか？

## 木村電機からのメッセージ

朝晩が涼しくなり過ごしやすい気温になったかと思えば夏のような暑さにもなり気温の変化に驚かされる日々です。

先月は娘が修学旅行に行きました。高速道路が渋滞してたりご飯屋さんが臨時休業だったり予定通りには行かなかったそうですがこのお店美味しかったよ、この体験する所は楽しかったよととても楽しい思い出が出来たそうでなによりです。

もうそろそろで小学校生活も終わってしまうので娘には楽しい思い出を作ってもらいたいと思います。

# 手軽に美味しく！IHクッキングヒーター

忙しくても、がんばらなくてもラクしておいしく時短調理。

**グリル** グリルで手間なくおいしくスピーディに

**IH&遠赤 Wフラット ラクッキンググリル 搭載!**

**凍ったままIHグリル<sup>※1</sup>**



魚や鶏肉を冷凍のままグリル皿に並べて、そのまま一気に焼き上げ。8メニューから「メニュー」で選んでスタートするだけ。

※1 取扱説明書・レシピ集（もつとIH おうちメニューが増える本）に従って下ごしらえしたもの。市販の冷凍食品は焼けません。

**グリルに鍋<sup>※2</sup>が入る**



鍋を直接グリルに入れたら、調理中の火力調節不要、グリルにおまかせで調理ができる。

※2 グリルで利用できる鍋の種類・材質・大きさについて、詳しくはカタログをご覧ください。



かぼちゃの煮物 [160℃] 20~25分



筑前煮 [160℃] 35~45分

調理中の火力調節不要、グリルにおまかせで調理ができる。

**トッププレート** きめ細かな温度コントロールで、おいしく焼き上げ



**オールメタル対応IH<sup>(A7・A5タイプ)</sup>**

すべての金属製鍋<sup>※3</sup>が使えます。

■ オールメタル対応IHで利用できる鍋



※3 アルミ・銅鍋などすべての種類の金属鍋に対応していますが、底が反っている鍋や底が小さい鍋など、鍋の形や大きさによっては、使えないものがあります。

**焼き物アシスト機能** (左右IH/音声あり)

温度・時間を自動設定、裏返すタイミングなどを液晶表示と音声でお知らせ。火力調節の難しい焼き物調理のメニューを選ぶだけで、手軽においしく焼き上げます。

30  
メニューに  
対応!

| 表示メニュー          | ホットケーキ        | ハンバーグ  | 冷凍ぎょうざ    | 手作りぎょうざ | お好み焼き             | ポークソテー       | 魚のムニエル     | ミラノ風カツレツ               | スパニッシュオムレツ       | フレンチトースト |
|-----------------|---------------|--------|-----------|---------|-------------------|--------------|------------|------------------------|------------------|----------|
| ホットケーキ          | ハンバーグ         | 冷凍ぎょうざ | 手作りぎょうざ   | お好み焼き   | ポークソテー            | 魚(さけ)のムニエル   | ミラノ風カツレツ   | スパニッシュオムレツ(トマト・ステーキ)   | フレンチトースト         |          |
| どら焼き風味パンケーキ     | 鶏つくねの大葉巻き     |        | 丸ごとえびぎょうざ | ねぎ焼き    | ポークソテーハニーマスタードソース | たらふくムニエル     | 牛フィレ肉のカツレツ | ほうれんそう・ベーコンのスパニッシュオムレツ | ハムとチーズのクロックムッシュ風 |          |
| バナナホットケーキ       | ビーマンの肉詰め      |        | 焼きシューマイ   | 海鮮チヂミ   | ポークチャップ           | あじのカレー風味ムニエル | 鶏胸肉のカツレツ   | じゃがいも・ソーセージのスパニッシュオムレツ | チーズケーキ風フレンチトースト  |          |
| コーンとチーズの朝食パンケーキ | 豆腐ハンバーグ和風あんかけ |        |           |         |                   |              |            |                        |                  |          |

調理の操作は、10種類の表示メニューの中からいずれかひとつを選ぶだけで設定できます。例えば「ハンバーグ」を選ぶだけで、ビーマンの肉詰めなどが調理できます。

・ <> でアシストメニューを選ぶ。 焼き物アシスト：10メニュー 焼き物アシスト：10メニュー 焼き物アシスト：10メニュー

予熱完了後、調理を始めてください。

**IHクッキングヒーター**

**Aシリーズ**

**IH&遠赤 Wフラット ラクッキンググリル**

**ECONAVI**



フラットな庫内でおそうじラクラク

※画像はイメージです。

**同梱品** 焼き網のないグリル皿

熱伝導率の高いグリル皿で余分な脂を落としてスピーディに調理。

IHクッキングヒーターの商品情報やキャンペーン情報はここから  
sumai.panasonic.jp/ihcook/

パナソニック IH 検索



詳細は、お気軽にお問合せください！

**KIMURA** 株式会社木村電機

〒300-2707 茨城県常総市本石下 4786

TEL.0297-42-2141 FAX.0297-42-3474

URL / <https://www.kimuradenki-4life.com/>

E-mail / [info@kimuradenki-4life.com](mailto:info@kimuradenki-4life.com)

