

# 向日葵

～ひまわり～

発行/ビジネスネットグループ(株)  
旭川市7条通13丁目59番地  
TEL 0166-23-7777  
FAX 0166-23-8989  
http://www.busetgroup.com/

◎スタッフ紹介キャンペーン継続中です！ ◎繁忙期につき皆様のご協力をお願いします！  
◎引越・移転作業に就いていただく際には、カッターナイフ・ラバー付軍手・マジックを忘れずに！

## 簡単お菓子作り

北見営業所 西川 美咲

皆様、日々の業務お疲れ様です。北見営業所の西川です。西川が書く記事といえば、皆さんお待ちかねのダム関連のお話だと思いますが、今回は新型コロナウイルスのおかげで自宅に引きこもっている間に自分の中で流行したお菓子作りの中から、誰でも簡単にできるおすすめレシピを紹介したいと思います。

◆食パンラスク  
材料・食パン1枚、バター20g、砂糖大さじ1

食パンを1cm角ほどの大きさに切り、耐熱容器に入れて電子レンジ(600W)で1分加熱します。容器を取り出し、食パンをひっくり返して再び電子レンジで30秒加熱します。

フライパンにバターを入れて弱火で溶かし、食パンを入れ混ぜ、食パンにバターが馴染んできたら砂糖を入れて転がします。

これでカリカリ食感のラスクの出来上がり！お好みで砂糖の加減をしてみてください。

◆なめらかプリン(4個分)  
材料・牛乳200ml、卵2個、砂糖40g、熱湯

牛乳を耐熱ボウルに入れて電子レンジ(600W)で20秒加熱します。

溶いた卵と砂糖を加熱した牛乳のボウルに入れてよく混ぜます。

混ぜ終わったらプリンの容器に濾しながら4等分になるように入れ、一つずつアルミホイルでピッタリ蓋をします。

大きめのフライパンを用意し、中に布巾を敷きます。その上にプリンの容器を4つ入れて、フライパンの底から2cmほどの高さまで熱湯を入れます。

フライパンに蓋をし、弱火で15分加熱します。加熱後火を止めてそのまま10分置きます。

アルミホイルを外して火の通り具合が良ければ表面がプルプルと固まっていますので、まだ固まりが甘いと感じたら再度5分ほど様子を見ながら追加で火を通して下さいます。

表面が固まっていたらフライパンから取り出し、粗熱を取った後に冷蔵庫で冷やすとなめらか触感のプリンの完成です。お好みでカラメルをかけてもおいしいですよ！

お菓子作りは難しい、オーブンが必要と思われがちですが、少ない材料と道具でも簡単に作れる物も多いですのでぜひ試してみてください！



## 春に食べたい旬な食べ物

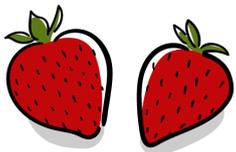
長い冬もやっと終わりに近づき、だんだんと暖かくなってきましたね。

春は春ですが、北海道や東北地方はまだ寒く春気分にはちよつと遠いとは思いますが、今が旬な食べ物を食べて少しは春を感じてみるのは如何ですか？

いちご・・・春の果物の代表格ですね。早いものは1月頃から出回りますが、本来の旬は3月～4月。甘みが強くおいしい時期です。赤色が鮮やかで張りがあった傷が無い物を選びましょう。

たけのこ・・・南の地域ほど早く収穫が始まり、九州や四国地方では12月から出荷が始まり、全国的に出荷り始めるのは3月～4月です。たけのこは鮮度が命で、時間が経つほどアクやえぐみが出てきます。調理するときは皮付きのまま茹で、アクを抜いてから使います。

ホタルイカ・・・3月から富山湾で行われるホタルイカ漁が特に有名。ホタルイカは傷みやすいため、ボイルされた状態で売られていることがほとんどです。ホタルイカの内臓には寄生虫がいることがあるため、生食は控えますよ。



## 新しく入社された方へ

スタッフの皆様お疲れ様です。

春の繁忙期真っ只中だとは思いますが、そんな中この度当社に初めてご登録された方、当社に提出する書類は出していますか？書類が揃っていないと給与の支払いができません。提出するようお願い致します。また久しぶりにお仕事した方などで、登録情報に変更があった場合は必ず申告をお願いします。皆様のご協力をお願い致します。



## 編集後記

今回私が作っているお菓子のレシピの中でリピート率が高い物を紹介させていただきましたが、こんなにお菓子ばかり作ったら糖分が・・・と思う方もいると思います。私はお菓子作りを使用する砂糖は「ラカント」という糖質0の砂糖を使用しています。どこのスーパーでも販売されていますが、ちょっと値段が高めです。甘い物が食べたい！でも糖分が気になる！という方は市販のお菓子を買うよりも、自分で糖分を調整しながら作る方が好みの味で作れます！おすすめですよ！今はネットでも簡単な手作りのお菓子レシピが沢山ありますので、ぜひおすすめがあれば教えて下さいね。(M)

## 給与支給日(前払い)

・支給日  
毎週第五営業日  
※祝日や連休がある時はご注意ください。

4月の前払い支給日						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				



季節の変わり目の体調管理に気をつけましょう！  
春は人が動く時期です！うがい・手洗いを継続し、感染症対策を行いましょう！