

さわやかメール

2015年11月10日(火) vol.361

http://www.sawayaka-mail.com

発行部数
12000部

発行所

ASA多摩センター 多摩市落合1-20-10
ASAニュータウン永山 多摩市永山2-19-1

フリーダイヤル0120-165-211
フリーダイヤル0120-163-411

フリーFAX 0800-800-3154
フリーFAX 0800-800-1531

★今日は黒糖使用、しっとりとした
かりんとう「糖貫棒」をはじめ、
小さくてモゴージュな『ローブリース』、
『X'masお楽しみ福袋』など、
クリスマスが待ち遠しくなる
プレゼントがいっぱい…。
★各種カレンダーに加え、
★好評の「かんたん家計簿」をご用意。
★デリバリーサンタの予約も
★開始しました。
★お申込み忘れのないように、
★たくさんのご応募お待ちしております♪
★今月の締切は11月16日(月)です。

秋のイベントにはお得がいっぱい!! イオンシネマ多摩センター

『夫婦50割引』

皆様の熱いご要望にお答えして
『夫婦50割引』が復活いたしました。



どちらかが50歳以上のご夫婦は
おふたりで2,200円でご鑑賞いただけます。
ご夫婦のデートに映画はいかがでしょう?
(同一上映回をご覧の場合に限ります)

秋のおすすめ映画はこちら!

公開中 劇場版 MOZU
公開中 グラスホッパー
12/4公開 007スペクター
12/5公開 杉原千鶴
12/12公開 母と暮らせば

歌って健康!

杉山公章の『歌声コンサート』

2015年11/17(火) AM10:00~
2016年 1/13(水) AM10:00~



★イオンシネマ様のご好意により

イオンシネマ無料鑑賞券を 5組10名様
『歌声コンサート』のチケットを 5組10名様

応募NO.7

プレゼント致します。

ご希望の方は応募用紙またはHPよりお申込み下さい。

応募NO.8

丘の上パティオ新館 10周年アニバーサリーフェア

記念特別イベント①

11/21(土)
無料上映会開催!
映画『ひつじのショーン
バック・トゥ・ザ・ホーム』

記念特別イベント②

イオンシネマで得しちゃおう!
10周年記念
『1,100円DAY』開催!
2日連続 11/22(日)・11/23(月・祝)

イオンシネマ

多摩センター

多摩市落合1-45-2 丘の上パティオ2F
TEL 042-355-8700(10:00~22:00)
www.aeoncinema.com/cinema/tama/

「クリスマス・バザーのお誘い」多摩ニュータウンキリスト教会 11月22日(日) 13:00~15:00

- ★ 東日本大震災復興支援として 岩手県宮古市の仮設住宅にお住まいの方々が作られた手芸品
- ★ 地元産農産物
- ★ 喫茶コーナー 手作りケーキ、コーヒー、紅茶
- ★ シーフードカレー もあります!
- ★ 手作り手芸品
- ★ 手作りケーキ&クッキー
- ★ 手作りキムチ、コチジャン、柚子

★所在地・連絡先 多摩市山王下1-13-13 TEL042-372-4666

インフォメーション

毎年好評! クリスマスイベントのお知らせ

① おつききえさんによる

『おとなのための絵本の会』

まだお席に
余裕が
あります♪

★日時 12月5日(土) 17:00開演(朗読時間約1時間)
★場所 ASA多摩センター 2Fフリースペース
★定員 定員になり次第、締め切らせていただきます。
★参加費 おひとりさま ¥1200のところ ¥600で…
(当店読者以外の方は1200円となります。ご了承ください)

② 『デリバリーサンタ』の受付が始まりました!!!

デリバリーサンタとは?

★当店のスタッフがサンタクロースに扮してみなさんのお宅や
子供会のイベントなどのお伺いする企画です。
★お子さんとの写真撮影やパーティ参加など、ご希望の日時を
FAX・お葉書・HPからお知らせください。
★スケジュールを調整させていただきます。
★今年は12/23(祝)・24(木)・25(金)に予約が集中 することが
予想されます。ご予約の時間が重複した場合は、お伺いする
時間が前後する可能性があります。あらかじめご了承ください。

サンタさんが伺える 期間と時間

★期間 12/16(水)~12/25(金)
★時間 12:00~20:00
※希望日の1週間前までに
お申込みください。

①②参加希望の方は FAX・お葉書・HPからお申し込みください。

※電話での受付はできません。

申込先

☎206-0033 多摩市落合1-20-10 ASA多摩センター店内
①『おつききえさんの朗読の会』係 または
②『デリバリーサンタ』係 まで
フリーFAX 0800-800-3154
http://www.sawayaka-mail.com

毎年好評の サザエさん 2016年カレンダー プレゼント!!

『サザエさん2016年カレンダー』を50名様に
プレゼント致します。ご希望の方は裏面の
応募用紙またはHPからお申し込みください。

所長より特別プレゼント 応募 ★NO.1



めっきり寒くなりまし
た。
11/7(土)には
「多摩センターイルミ
ネーション」の点灯式
も終わり、季節は
一気に冬へと加速し
ていきます。
バルトン大通りを
埋め尽くす40万球の
ライトニング：海の
回廊を歩いているよ
うな「光の水族館」、
パブリックアートされ
た演出が今年も楽し
みです。
先月ご紹介した
山本百合子さんの
ピアノリサイタルは
11/25(水)バルトン
多摩で開催されます。
『さわやかメール』と
『おしゃべりドットコ
ム』当店が発行する
2つのミニコミ紙は
地域に密着した話題
をできるだけ多く
取り上げていきます。
掲載希望のお客様は
編集部までお気軽に
お声をかけてくだ
さい。 所長



ナビくるめ137

ピッツェリア『ラ・パラー』

多摩市山王下 1-13-6 マンションサザンヒル1F

TEL 042-339-7888

営業時間 11:30~14:00(L.O.)

17:00~21:00(L.O.)

定休日 木曜日・第2水曜日 駐車場あり

http://www.lapala.com/

※アサウェブタマに特集記事あり

★オーナーからのうれしいお知らせ★

『さわやかメール見た!』で季節のグラニータの
サービスがあります。(11/30まで)

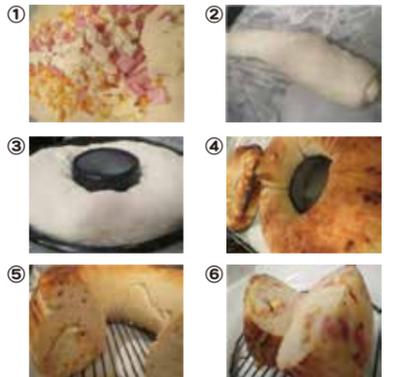


オープン13年、石窯で焼き上げる本格派のピッツァとナポリの家庭料理が楽しめる超人気店。
ナポリピッツァ協会から世界第206番目の公認加盟店としての称号を与えられ、素材から責任
を持ってレストランとして「養蜜」や「無農薬野菜」にも意欲的な取り組みを続ける下田オーナー
から運が良ければお店で味わえる(?) 極旨レシピ2種を特別に教えて頂きました。

『ラ・パラー』は、お蔭様でオープン13年目を迎えました。これも一重に皆様のお陰と、心より感謝
申し上げます。さて今回は、イタリアの食文化の中から「ナポリのパン」と「自家製のオリーブ」の
作り方などをご紹介します。

まずは「ナポリのパン」について…

これは「カザティエッロ・ナポレターノ」(別名トルターノ)という
主に、バスク(復活祭/英:イースター)で食べられていたもの
で、キリストの誕生を祝うため、必ず卵が入ります。
今回は、プロシュット コット(ハム)と、ゆで卵、塩、コンショウ、
パルミジャーノチーズ、そして私のアレンジでゴルゴンゾーラ
チーズを入れてみました。①
そして、これをクルクルとロール状に巻いていきます。②
そしてこのようにリング状に生地を合わせ、型に入れます。
そして、しばらく発酵させてから焼き上げます。③
こちらが焼き上がったばかりのパンとその断面です。④⑤
うーん、粉のいい香りが漂っています!
そして、このようにカットして…あとはお口に放り込むだけです!
これはシェフの気まぐれで、たまにチェーナ(ディナー)に焼き立
てが登場しますが、瞬間に売切れてしまいます。
ナポリの人達が愛して止まない「カザティエッロ」(トルターノ)。
オリーブオイルを付けて食べても美味しいですよ!⑥



次に、自家製オリーブをご紹介します。

多摩で育った素晴らしい生オリーブが3kgほど手に入りましたので、早速、塩水漬けにして
みました。オリーブの収穫は通常10月下旬~11月上旬頃です。まずは、多摩産の生
オリーブをご覧ください。①
グリーンオリーブとブラックオリーブがありますが、これは後者がよく熟した実である
というだけの違いになります。出来上がりの食感や味にそれぞれ特徴があり楽しいですよ。
まずはこれらを優しく水で洗います。
次に用意するものとして、苛性ソーダが必要となります。これは薬局で手に入りますが、
身分証明書や印鑑をお持ち下さい。この苛性ソーダを水に溶かし、2%の苛性ソーダ水
を作ります。(水1リットルに対して20gの割合です)
※苛性ソーダは水に溶かすと熱を発生し、危険ですので皮膚に付かないように…。
この水溶液でオリーブの洗拭きをするわけです。金属ではなく、ガラスやポリバケツにオ
リーブと苛性ソーダ水を入れ約12時間浸します。この時、果実が空気に触れると黒く変
色するので、ラップなどで落としぶたをします。②
次に、容器にホースを入れ、水が溢れ出るような感じで、水洗いをします。実が空気に
触れますと変色してしまいますのでこのようにします。そして真水に浸け、約8時間ごと
に3回、同じように水洗いをし、繰り返します。④
そして水洗いが終了しましたら、いよいよ塩水に漬けていきます。これが漬けて
直前のオリーブです。⑤
まずは、下漬けて、2%の塩水(水1リットルに塩20g)2日~4日漬けて、また水洗
いします。そして最後に本漬として4%の塩水(水1リットルに塩40g)に3日ほど漬けれ
ば完成です。
ブラックオリーブは熟した良さがあり、そしてグリーンオリーブは、オイルが若々しい、
まさにオリーブオイルのようなニュアンスが楽しめます。
当店で、これらを仕上げに良質のオリーブオイルと和えてお出ししていますよ!
もしも手に入りましたら、是非チャレンジして下さい。⑥



以上、ラ・パラーの『イタリア食文化』〜作り方編〜でした。 オーナー下田

旬のメニューをお楽しみください

- … アンティパスト …
自家製オリーブの薄塩漬け(地元産のオリーブです)…¥520
白インゲン豆、トマト、ルッコラ、ツナのインサラータ…¥980
椛原村産マイタゲのグラティナータ パン粉焼き 生ハム添え…¥1050
- … プリモビアット …
ピッツァ “アウトトゥノ”(秋)…¥2180
サンマのコンフィ、キノコ、モッツアレラ、トマトソース
イタリア産フレッシュ ホルチーニと栗のリングイネ…¥2760
パスタ コン サルデ(イワシとウイキョウのスパゲティ)…¥1730
- … セコンドビアット …
本日鮮魚のアクアパッツァ…時価
- … ドルチェ …
スフォリアテッラ(ナポリのパイ菓子)…¥490
カタラーナ(濃厚なプリン)…¥570

…おすすめワイン…
ラクリマクリスティビアンコ
白/辛口
グラス…¥780/ボトル…¥4600
アリニコ 赤
グラス…¥840/ボトル…¥4800
タウラージ 赤
ボトル…¥6800

※価格は全て税込みです。

大好評!
第77回
バスツアー

『成田山新勝寺と紫又帝釈天初参り』

■旅行期日:2016年1月11日(月・祝)

■旅行代金:6900円(子供同額) ※昼食付き

■本日(11/10)、新聞チラシが折込まれていますのでご覧下さい。