



# 泰山堂通信

Vol.132(23\_05)

## ◆◆ 営業時間につきましてお知らせ ◆◆

- 誠に恐れ入りますが、日・月曜日、及び祝日を定休日とさせていただきます。
- 5月及び6月の営業時間と休業日は以下の通りとなります。

5月						
火～金：10:30～18:30 土：10:30～17:30						
月	火	水	木	金	土	日
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	31				

6月						
火～金：10:30～18:30 土：10:30～17:30						
月	火	水	木	金	土	日
			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		

定休日

## ◆◆ おうち薬膳【じゃがいも】◆◆



じゃがいもはお腹を温めて消化吸収を高めるとともに、胃の機能を調整して胃酸の分泌を整えてくれます。このため、胃酸のバランスが崩れたことによる胃痛や潰瘍性の腹痛におすめ。また、むくみや高血圧の改善にも適した食材です。

## ●和風ガーリックポテト●

<材料(2～3人分)>

じゃがいも 大2個、玉ねぎ 1/2個、厚切りベーコン 100g、にんにく 2かけ  
サラダ油 大さじ3、めんつゆ 大さじ2、コショウ 少々、小ねぎ 小口切り 大さじ1

<作り方>

1. じゃがいもは皮をむき、厚さ1cmの輪切りに、玉ねぎは幅2cmのくし形に、にんにくはそれぞれ縦4等分に、ベーコンは長さ3cmに切る。
2. フライパンにサラダ油を入れて熱し、じゃがも、玉ねぎ、にんにくを入れて炒め、蓋をして2分ほど蒸し焼きにする。
3. 蓋をとって、ベーコンを加えさらに2～3分炒め、全体に焼き色がついたら、めんつゆとコショウを加えて、ざっと混ぜ合わせる。
4. 全体に味がなじんだら火をとめ、器に盛って、小ねぎをかけて出来上がり



漢方草庵 泰山堂

TEL:044-222-4484 FAX:044-222-4486

★予約制の無料漢方相談を行っております。詳細はホームページをご覧ください

ホームページ：<https://www.taizando.net> メール：[sodan@taizando.net](mailto:sodan@taizando.net)



LINE 公式アカウント

友達追加して、漢方相談のご予約・変更、薬の飲み方や在庫の確認などのお問合せにお気軽にご利用ください。



泰山堂のツイッター：健康に役立つ情報を日々つぶやいています！  
漢方系 @taizantaizan ハーブ・アロマ系 @taizando1