



## ◆◆ 営業時間につきましてお知らせ ◆◆

- 誠に恐れ入りますが6月1日は16:00閉店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です(定休日：日・月曜日、祝日)

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  16:00閉店

## ◆◆ おうち薬膳【筍（たけのこ）】 ◆◆



たけのこは、野菜の中でも特に食物繊維が豊富な上、善玉菌のエサとなるオリゴ糖を含むため、腸内環境を整え、便秘を予防する働きがあります。さらにカリウムを多く含むため、高血圧やむくみの予防にも役立ちます。

### ●たけのこと豚肉の白ワイン煮●

<材料（2人分）>

たけのこの水煮 2/3 個（約 100g）、豚肉 200g、玉ねぎ 1/2 個、白ワイン 1/2 カップ、細ネギの小口切り 適量、小麦粉 大さじ1、塩 小さじ 1/2x2、こしょう 少々、バター 15g

<作り方>

- ① たけのこは穂先と根元に切り分け、穂先は縦に薄切りにし、根元は横に薄切りにする。玉ねぎは縦に薄切り、豚肉は2cmに切り、小麦粉、塩・こしょうをまぶす。
- ② フライパンにバターを熱し、豚肉を入れ、両面に火が通ったら、玉ねぎ、たけのこの順で炒める。
- ③ 白ワインを注ぎ、塩・こしょうをふって混ぜ、蓋をして弱火で3～4分蒸し煮にする。
- ④ 蓋を取り、煮汁がとろっとするまで汁けを飛ばし、器にもってネギを散らして出来上がり



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。

### 泰山堂の情報発信（SNS）



泰山堂の X（旧ツイッター）：  
漢方系：@taizantaizan  
ハーブ・アロマ系 @taizando1



←店長（時々スタッフ）のブログ