



◆◆ 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

1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		

2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		

定休日 年末年始休業

◆◆おうち薬膳【大根】◆◆



大根はジアスターゼという消化酵素を多く含むため、胃もたれ・消化不良・お腹の張りの解消に役立ちます。このため、年末年始に食生活が乱れて、胃腸がすっきりしない方におすすめの食材です。

●大根のねぎみそ煮●

<材料 (3～4人分) >

大根 10cm(400～500g)、豚バラ肉薄切り 200g、ねぎ 2本、こんにゃく 1枚 (200g)

A (砂糖 大さじ1、みそ大さじ3、しょうゆ 小さじ1、酒 大さじ2)

<作り方>

- ① 大根は皮をむいて厚さ1cmのいちよう形に切り、ねぎは1cm幅の斜め切りにする。豚肉は5cmの長さになり、こんにゃくは一口大にちぎる。
- ② 鍋に大根とこんにゃく、豚肉を入れ、ひたひたの水を加えて強火にかけ、肉に火が通ったら、ざるに上げる。
- ③ 鍋に水カップ1/2を入れ、ネギを並べ、その上に②の大根、こんにゃく、豚肉を乗せ、よく混ぜた**A**をのせる。
- ④ ふたをして強火で8～9分間煮る。途中、全体を底から混ぜ、最後に強火で汁をからめるように煮上げてできあがり。



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



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