



◆◆ 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

3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/ 31	25	26	27	28	29	30

4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【新たまねぎ】 ◆◆



新玉ねぎに含まれる硫化アリルは**血液サラサラ効果**にすぐれているため、血栓や動脈硬化などの生活習慣病の予防に役立ちます。硫化アリルは水に溶けやすいため、辛みの少ない新たまねぎは、できるだけ**水にさらさず**に料理するのがおすすめです。

● 新玉ねぎと豚肉の南蛮漬け ●

<材料 (2人分) >

新玉ねぎ 1個、豚もも肉 150g、塩 少々、こしょう 少々、片栗粉 大さじ1、揚げ油 適量
A (酢 大さじ2、だし 大さじ2、しょうゆ 大さじ1と1/2、砂糖 大さじ1、こしょう少々) 小さじ2)

<作り方>

- ① 新たまねぎは縦半分につけて、繊維にそって薄切りにして、**A**といっしょにボールに入れ混ぜ合わせて15分程漬けておく。
- ② 豚肉は約5cmに切り、塩こしょうで下味をつけ、片栗粉を薄くまぶす。
- ③ 揚げ油をフライパンの2cmほどの深さまで入れ、約180℃に熱し、②の豚肉を揚げる。
- ④ ③の油を切って、熱いうちに①の新玉ねぎとあえ、器に盛って出来上がり。



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



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