



# 泰山堂通信

Vol.157(25\_06)

## ◆◆ 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21日(土)**は**14:00までの営業**とさせていただきます  
(定休日:日・月曜日、祝日)

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

7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			

定休日 14:00で閉店

## ◆◆おうち薬膳【豚肉】◆◆



豚肉は気血を補う働きに優れているので、疲労回復や体力をつけたいときに適しています。潤いを与える働きもあり、乾燥肌や喉の渇きにもお薦めです。

### ●スタミナ UP! トマト入り豚こらたま●

【材料 (3人分)】 豚こま肉 200g、トマト 大1個、ニラ 1把、卵 3個、ごま油 大さじ1

**下味A** (片栗粉 大さじ1と1/2、酒・しょうゆ 各大さじ1、  
すりおろしんにく・すりおろし生姜 各小さじ1、塩・こしょう 少々)

**タレB** (酒・みりん 各大さじ2、しょうゆ 大さじ1、砂糖 大さじ1/2)

【作り方】 下準備: **下味A**、**タレB**、それぞれ別々に混ぜ合わせておく

- ① トマトは一口大に、ニラは3cmに切る
- ② ポリ袋に豚肉と**下味A**をかき混ぜながら入れ、よく揉みこむ
- ③ フライパンにごま油の半量(大さじ1/2)を熱し、卵を溶いてまわし入れかき混ぜ、半熟よりやや硬めくらいでフライパンから別皿に取り出しておく
- ④ フライパンに残りのごま油を熱し豚肉を炒め、豚肉に火が通ったら、ニラ、トマトの順で入れて軽く炒め、**タレB**を入れる
- ⑤ タレが少なくなってきたら、③の卵を加えて、さっと炒めてできあがり



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](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