



◆◆ 営業時間につきましてお知らせ ◆◆

- 誠に恐れ入りますが **9月2日(火)、3日(水)**を夏季休業日とさせていただきます。(8月31日(日)、9月1日(月)は定休日のため、**8月31日(日)~9月3日(火)まで4連休**となります)
- 8月はお盆の期間も含め、通常通り営業致しております(定休日:日・月曜日、祝日)

8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

9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

夏季休業日

◆◆おうち薬膳【ソウメン】◆◆



ソウメンは消化が良く、暑さで食欲がないときでも食べやすい食品。夏の貴重なエネルギー源です。ソウメンの主な原料である小麦は、漢方では「しょうばく」と呼ばれ、精神を安定させる働きがあるとされ、甘麦大棗湯などに使われています。ソウメンはビタミンやミネラル類も含んでいますが、炭水化物が中心ですので、タレやトッピングを工夫して、栄養バランスを整えましょう。

●豚しゃぶソウメン●

【材料 (2~3人分)】 ソウメン4束、しゃぶしゃぶ用豚肉 100g、もやし1/2袋、ねぎ小口切り 大さじ1、めんつゆ ストレートタイプ 2カップ (※)

A (ごま油 小さじ1、鶏ガラスープ 小さじ1/2を混ぜ合わせておく)

※濃縮タイプの場合は、商品に合わせて薄めてください

【作り方】

- ① 鍋にお湯を沸かし、もやしをゆでてザルに取り出し、同じお湯で豚肉をゆで、ザルに上げて粗熱を取る。
- ② ボウルにねぎと①のもやしを入れ、**A**を加えてあえる。
- ③ ソウメンはゆでて冷目で洗い、水気を切る。
- ④ 器に③のソウメンを盛り、①の豚肉、②のもやしをのせ、めんつゆをかけてできあがり。



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