



# デイジー通信

we go we go we go we go  
We go 100 !! ♪

第99号  
2020年9月号  
2020年8月23日発行

研究会などで**定休日以外の休み**をいただいている場合がございます。

デイジー通信やホームページによるお知らせを早めに致しますので、よろしくお願い致します。

9月は通常火曜日と21日敬老の日にお休みいただきます。

10月は通常火曜日と、11日日曜日にお休みをいただきます。

2020年9月

日	月	火	水	木	金	土
		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			

2020年10月

日	月	火	水	木	金	土
				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

二ヶ月分掲載しておりますが、二ヶ月目(今回の場合は10月)については少し先の予定ですので、変更になることもございます。ホームページのカレンダーもご参照ください。

**LINE公式アカウントがあります。お友だち登録後、トーク要領でご予約・お問い合わせになれます。**

〒226-0025横浜市緑区十日市場町817-2 フォーラム88-301 電話番号045-985-0023

9:00~19:00 (土日~17:00) 火曜・祝日定休

デイジー整体院 HP <https://www.daisy-seitai.com/>

ブログ <https://www.daisy-seitai.com/category/blog/> アドレス変わっています。

デイジー整体院facebook <http://www.facebook.com/daisy0023>

[info@daisy0023.sakura.ne.jp](mailto:info@daisy0023.sakura.ne.jp) ^ メールによるご予約お問い合わせも可能です。

※返信にお時間いただくこともございますのでお急ぎの方はお電話ください。

## 新しいイヤホンを買いました。…マニアではない…。



前回ご紹介した新しいイヤホン…。洗濯してしまって、壊れました…。

で、耳掛け型は、耳に髪をかける・マスクする時に気をつけなければならなかったのが、違うタイプにしてみました。こちらも軽くていいです。でも、私の使用の仕方からすると、耳掛けの方が、適していたので、消耗したら、また、耳掛け型にします。

## Cloud Bread?! 雲パン 作りました。



ふわふわクラウドブレッド…なのですが、クラウドブレッドと言うと、どちらかと言うと、砂糖・小麦粉使わない糖質制限食のクリームチーズを使う物のことを言う方が多いようです。でも、私が作って見たかったのはふわふわタイプ。ふわふわじゃない方のクラウドブレッド作ったら、味はおいしかったけど、…ただのチーズ味の卵焼きだった。

ふわふわのクラウドブレッドは、出回っているレシピ通りだと、焼く時間が三倍は多い気がします。材料から推測できると思いますが、パンというより、お菓子です。ふわふわなマカロン…。

**材料…卵白×3、砂糖40g、コーンスターチ10g(私は片栗粉でやりました。)**

卵白泡立てて、ツノが立ったら、砂糖を少しずつ加えて混ぜ続け、コーンスターチを少しずつ混ぜ、600度のオーブンで25分焼く。

※ 私は、焼く時間7分で焼き上がりっぽくなって、でも説明が25分なのに、それは早いと思って、少し待ったけれど、上部がコゲコゲになったので出しました。

## 【最後の晩ごはん／榎野道流(ツミ刊) 著】のカレーを作りました。



**材料(3~4人前)…鶏もも肉2枚、おろした生姜小さじ2、おろしたにんにく小さじ2、玉ねぎ1/2個、バター30g、カレー粉大さじ2~3、トマト水煮缶1、砂糖大さじ1、コンソメ1個、生クリーム100cc、練りごま大さじ1、塩・胡椒適量**

作り方は、ぜひぜひ「最後の晩ごはん-海の花火とかき氷」をお読みください。

カンタンでとてもおいしかったです。^^

## トマトスープパスタ作った。情報byCookPad

<https://cookpad.com/recipe/6310962>

**材料…パスタ400g、トマト缶詰1、玉ねぎ1個、シーフードミックス・ベーコン・きのこ・にんにくチューブ適量、パプリカパウダー大さじ1.5、乾燥バジル大さじ1、月桂樹1枚、コンソメ粉末大さじ3、水475ml、ナンプラー小さじ2、黒胡椒少々**

作り方は、ぜひ上記URLからご覧ください。

適量…難しい。適量ではなくテキトーにしてしまった。にんにくと月桂樹の葉っぱは省略、ナンプラーは醤油にした。今度はパスタではなく、単なるスープとしていただきます。パスタの量って難しい…。