

「カフェオレ」と「カフェラテ」の違い

秋はコーヒーがおいしい。



暑い夏はアイスコーヒーばかりでしたが、少し涼しくなるとホットコーヒーが美味しくなります。ミルクをたっぷり使ったカフェオレやカフェラテが好き！という方も多いのではないのでしょうか。今月は【カフェオレ】と【カフェラテ】の違いをお届けします。

	発祥国	珈琲の種類	ミルクの種類	ミルクと珈琲の比率
カフェオレ	フランス	ドリップ珈琲	ミルク	5対5
カフェラテ	イタリア	エスプレッソ珈琲	スチームドミルク	8対2

どちらもコーヒーとミルクが使われているのが共通点なので、どちらも『ミルク入りコーヒー』で間違いはないのですが、使われているコーヒーが違います。

エスプレッソコーヒーはエスプレッソマシンを使い高い圧力をかけて抽出され、豆も極細挽きで深入り焙煎のものが使われます。ドリップコーヒーは細か挽きや中細か挽きで、中深炒りや深炒りの豆を使うのが一般的です。簡単に言うと、深炒りの苦みの多いコーヒーにたっぷりのスチームミルクを加えたものがカフェラテです。

ちなみに、カプチーノはエスプレッソコーヒーにスチームミルクと泡立てたフォームミルクを加えたもの、上部に厚いミルクの層ができたものを言います。カップの表面にハートやリーフなどの絵柄や模様を描いたり、アートを施すことをラテアートと言い、おしゃれなカフェラテになります。おいしいコーヒーでまったりしたいですね。

delishkitchen.tv より

我が家のキッチン★

材料 2人分

材料	分量
スパゲッティ	140g
ウインナー	2本(40g)
ピーマン	1個
マッシュルーム	50g
玉ねぎ(うす切)	1/2個
にんにく(みじん切)	1/2片分
オリーブオイル	小さじ2
バター	小さじ1強
粉チーズ	小さじ2
A トマトケチャップ	大さじ3
A 中濃ソース	小さじ1

昔懐かしい ナポリタン★

作り方

- ① ウインナーは厚さ7mmの斜め切りにする。ピーマンは細切り、マッシュルームは石づきを除いて薄切りにする。
- ② 鍋に1.5Lの湯を沸かし、塩大さじ1(分量外)とスパゲッティを入れ、袋の表示時間通りに茹で始める。
- ③ フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて中火で熱し、香りが立ったら玉ねぎを入れて炒める。玉ねぎがしんなりしたら①を加えて炒め、スパゲッティのゆで汁大さじ2とAを入れて炒め合わせる。
- ④ ゆであがったスパゲッティとバターを③に加えて混ぜ、器に盛って粉チーズをふる。



※どこか懐かしいケチャップ味のスパゲッティ。無性に食べたくなります。

窓のことからエクステリアやメンテナンスまで住まいのお悩みご相談ください！



株式会社 **サンエー** 住建

住所: 〒940-0029 長岡市東蔵王 2-1-13
 電話: 0258-33-1066 FAX: 0258-33-8219
 URL: <https://saneijuku.co.jp>
 E-mail: info@saneijuku.co.jp



おまかせください！快適住まいのリフォーム

住まいの瓦版 第303号

2024年 9月号



「防災の日」に合わせて災害に備える★

1月1日の能登半島地震以来国内各地で地震が頻発しています。8月8日には日向灘を震源とする大きな地震が発生し、初めて南海トラフ地震臨時情報(巨大地震注意)が発表されました。いつ発生するかわからない地震、津波、水害、台風などの災害に備えましょう。9月1日は防災の日です。

防災バッグ

性別や年齢によって準備しておく物は違います。ひとりひとりに合った防災用品を準備しておきましょう。

非常食の備蓄

普段から少し多めに保存食を買っておき、古いものから使い、使った分だけ買い足す“ローリングストック”で。鮮度を保ち、品切れの心配がありません。

お部屋のインテリアも夏から秋へ...



暑い夏でしたが夜耳を澄ますと、コオロギや鈴虫の声... 着実に秋に向かっていきます。お部屋も秋の雰囲気にも模様替えしませんか。大型家具を入れ替えるのは難しくても、ファブリックや小さな雑貨なら、お金をかけずに模様替えすることができます。秋らしい落ち着いた空間でおうちの時間を楽しんでみてはいかがでしょうか。

①カラーを秋色に！

例えばカーテンやラグ。ブラウンやカーキ、マスタードなどの秋カラーに変えてみませんか？グッと印象を変えることができます。

②温かみのあるファブリックに！

コーデロイ、ベルベット、ウール、フェルトなど、毛足の長いものや、編目模様が印象的なデザインがGOOD！

③インテリア小物で秋らしさを！

秋をモチーフとしたアイテムを並べるだけで季節の変化を感じることができます。

kinarino.jp より

ちょっとためになる豆知識



さど観光ナビ より

今年7月佐渡島の金山がめでたく世界遺産に登録されました。新潟県では初！のことでですね。世界遺産とは、1972年にユネスコ総会で採択された世界遺産条約に基づき「世界遺産リスト」に記載された「顕著な普遍的価値」を持つ建造物や遺跡、景観、自然のことで、どの国や地域の人でも、いつの時代のどの世代の人でも、どのような信仰や価値観を持つ人でも、同じように素晴らしいと感じる価値のことであり、人類共通の財産だという事です。そんな世界的な財産が新潟県にあるなんて、誇らしいことですね。

日本と世界遺産★

日本が世界遺産条約に参加したのは条約採択から20年後の1992年のことだそうです。その翌年の1993年「法隆寺地域の仏教建造物群」「姫路城」「白神山地」「屋久島」の4件が日本で最初の世界遺産として登録されました。世界遺産ってずっと昔からあるような気がしていましたが、日本ではまだ30数年の歴史だったのですね。そして、現在日本の世界遺産は、地球の歴史や動植物の進化を伝える「自然遺産」5件。人類が作り上げた「文化遺産」21件、佐渡も含めて合計26件が登録されているそうです。ちなみに、「顕著な普遍的価値」が失われたと判断された場合は世界遺産リストから削除されることもあるのだそうです。

世界遺産の総数は1,223件になったそうです。

海外の人気世界遺産★

世界遺産検定1級を取得、旅行ライターの mayu tahara さんがおすすめする見ごたえ抜群な世界遺産や絶景が素晴らしい世界遺産をご紹介します。

newt.net より



モン・サン・ミッシェルとその湾/フランス

課題は環境問題やモラル・マナーなどの観光公害です。世界中の人々と考え、この素晴らしい世界遺産を保護し、守っていききたいものですね。



マチュ・ピチュの歴史保護区/ペルー



メンフィスとその墓地遺跡-ギーザからダハシュールまでのピラミッド地帯/エジプト



アントニ・ガウディの作品群/スペイン



イエローストーン国立公園/アメリカ



bunka.nii.ac.jp. より

ほっとひと息入れましょう



まだまだ暑い日が続いていますが、朝晩は少し秋を感じられるようになってきましたね。今回は8月に涼しさを求めて青森の弘前市まで行ってきたお話です。

過去に北海道に行く中継点で一度だけ行ったことがありましたが、青森を観光の目的で訪れるのは初めてでした。新幹線や飛行機では新瀉から直接行けません。私は運転が大好きなので迷うことなく車で行くことを選びました。

北陸道～日本海東北道～秋田道～東北道と。途中、山形と秋田の一部で一般道ですが、基本的には高速道もしくは高規格道路と呼ばれるバイパスが繋がっており、スムーズに青森まで向かうことができました。距離は約500km。朝6時に出発して弘前市に到着したのは午後2時頃でした。

最初に向かったのは桜で有名な弘前城。東北で唯一現存する天守閣ですが、現在は石垣の工事中で天守閣は曳家により別の場所に移動されていました。これはこれで貴重な景色ですが、やはり石垣の上にある天守閣を桜満開の季節に見たいと思ってしまいました。次は岩木山神社へ。岩木山の麓にある歴史のある神社で晴れていれば社殿の奥に岩木山が望めるのですが、その日は残念ながら雲の中でした。その岩木山の麓では「獄きみ」(だけきみ)と呼ばれる甘いトモロコシが有名で、美味しかったですよ。

弘前は空襲被害を受けていないのでレンガ造りの倉庫や教会など歴史的な建物も多く、まだまだ見たいところが沢山。リングから作るお酒の醸造所も行きたかった……

移動時間が長く、1泊では物足りない旅になりました。ちなみに青森も暑かったです(^_^;) 担当は 片桐でした。



リフォームしてみませんか!?

寒い冬が来る前に断熱リフォーム

冬の寒さ対策をお考えの方は、秋のうちに済ませておきましょう。冬の寒い日、せっかく暖房した室内の熱の52%は窓から逃げてしまいます。反対に夏は冷房した室内への熱が74%も入って来ます。窓の断熱性能を上げれば一年中を通して、快適で省エネな家になります。

今ある窓に内窓を付けて二重窓にしませんか!!

内窓のガラスを単板ガラスから複層ガラスに替えたら更に効果的!!

他にも、結露の軽減、防音性や防犯性での効果も期待できます。

さよなら寒くて暑い家!!