

# ま つ も と 新 聞

発行元  
松本歯科医院

大阪府吹田市岸部北  
2-1-24  
千里ガーデンクリ ニッ  
クビル2階

## お知らせ

①予約のキャンセル・変更について  
予約がとれず、12時19時で、1時間ほど待たれる方が、毎日おられます。予約をキャンセル・変更される場合は、12時19時でお待ちいただいております。御理解の程よろしく願います。

②吹田市健診  
2月は、誕生月が1月2月の方が対象となっております。お早めどうぞ

編集後記

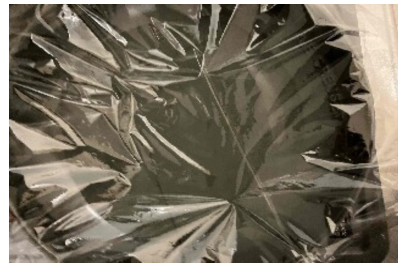
毎日寒すぎるので、部屋から出たくないです。

# TONPEI焼き

大阪では、居酒屋さんメニューにたまにある、とん平焼き。フライパンで作ると、玉子がやぶけたり、なかなか作るの難しいです。YouTubeでみつけた、レンジでとん平焼きを作るレシピが素晴らしいので、紹介します。

- ①まず、平たいお皿にサランラップを敷きます。
- ②そこに、玉子2-3個をといたのを流します。
- ③玉子の上に、千切りキャベツと豚肉を置きます。(キャベツでなく、もやしで作る方もおられるようです。チーズやキムチとかもアリです。)
- ④さいごに、もう一枚サランラップを載せます。
- ⑤電子レンジで、5分チンします。(豚肉の火の通りを見て、足りなかったら1-2分追加したらいいと思います。)
- ⑥**蒸気で火傷しないように注意しながら**、上のサランラップを取ります。
- ⑦一番下のサランラップの角2か所をつまみながら、半分に折たたみます。
- ⑧マヨネーズとソースをかけて完成です。

これは簡単で美味しいので、おススメです。



いつも松本歯科医院に御来院下さり、ありがとうございます。  
先週は寒さが厳しかったので、家でドラマ時間を楽しみました。金曜のクジヤクは、みんなが怪しくて人間不信になってしまいました。日曜のホットスポットは、平和感が漂いながらの日常生活、事件あり、笑いあって癒されます。

衛生士 森田育代