



## 名城公園で緑いっぱい、お腹もいっぱい

こんにちは！山口です | ^・ω・) 暑さにうだっていませんか？放っておいても冬になれば寒くなります、と思えば、少しは気持ちも楽になるのではないのでしょうか(\*´▽`\*) えへへ  
さて、先日名城公園に行ってきました。お目当ては公園の北側にある名城公園フラワープラザです。知人に誘われ、一緒にここで行われている展示会を見に行っただけです。  
展示会はこじんまりとしたものだったのですが、フラワープラザの名にふさわしく、展示スペースの奥にはいろいろな草花が育てられていました。建物の裏には花壇もあって、暑かったですが、気分はリフレッシュできました(#^^#)  
驚いたのは、フラワープラザの東側に営業施設がオープンしていたこと(\*´▽`\*)！「トナリノ」という名前で、カフェやイタリアンレストランなんかが入っていて、バーベキュープランもあるようです。「名城公園にもこんなおしゃれな場所があるんだ」と感心しました(\*´▽`\*)b クワッジョフ!!  
せっかくなので、スープとパンが付いた、オシャレなランチセットをいただきましたヨ！ボリュームもあっておいしかったです！

### 黒豆の効能

## 美肌効果

黒豆に含まれるアントシアニンには、シミやそばかすの原因となるメラニン色素の沈着を防ぐ働きがあります。また黒豆にはビタミンEも含まれており、このビタミンEとアントシアニンは強い抗酸化作用を持っているため、体内の活性酸素の発生を抑えて、肌の老化を防ぐことができると言われています。

### 夏にぴったり黒豆茶レシピ

以前お客様より教えていただきました、黒豆茶を使った、夏にぴったりの簡単レシピをご紹介します。

#### <ジンジャー黒豆茶>

黒豆茶にすりおろした生姜を入れるだけ！アイスでもホットでもおいしいです。

#### <黒豆茶ゼリー>

濃い目に煮出した黒豆茶に、粉寒天を入れ、2分ほど弱火にかけたまま溶かします。お好みの量の砂糖を入れて、冷蔵庫で冷やし固めたらできあがり！



# 花咲新聞



2017年  
8月号



担当：山口



地元のお祭りへ行きました。浴衣や甚平姿を見ると、夏だな～と感じますね。私はもう何年も着てないですが(´・ω)

この度は、当店をご利用いただきまして、誠にありがとうございます。  
今後ともご愛顧の程よろしくお願い申し上げます。