

簡単レシピ クリスマスに最適! 魚介と野菜のアヒージョ

今治産の魚介類の卸や店頭販売を行っている安部さん。今回は、丁寧に下処理し、切り身にした後、真空パックした使いやすい魚などを使って、忙しいママでも簡単に作れる、アヒージョの作り方を教えてもらいました。

【材料】
 ・お好みの野菜
 ・えび…3尾
 ・切り身魚…3切
 ・塩、こしょう…適量
 ・オリーブオイル…適量
 ・んにく…1片

ポイントは、たっぷり入れるオリーブオイル。

- フライパンを熱し、オリーブオイルをたっぷり入れた後、んにくを炒め香りを立たせます。
- えびや切り身の魚を入れて、色が変わるまで炒めましょう。
- 最後に好みの野菜を加え、塩・こしょうをしたら完成〜!

有限会社 エスペランス 安部 有里子さん

県内イルミネーション 2017-2018 温かな光、優しく灯る

澄んだ空気に、イルミネーションやライトアップが映える季節。おでかけやデートで、ステキな夜景を探しに行きませんか?マイタウンは、愛媛県内のイルミネーション情報を集めました。

立花小学校
 開催期間 12/9(土)~H30.1/31(水)
 点灯時間 17:00~21:00
 ▲立花小学校マスコットキャラクターのいちよう君もやってくる
 今治市 いちようを包む優しい光
 立花小学校のシンボル「いちよう」の木にイルミネーションが灯ります。12/9(16時~18時)に点灯式が行われます。
 今治市立花町4-3-45 0898-22-0185 (立花小学校)

新居浜市
 電飾 約10万球
 標高150mの山中に神秘に輝く
 マイントピア別子
 開催期間 ~H30.2/28(水) 新居浜市立川町707-3(端出場ゾーン)
 点灯時間 17:00~22:00
 0897-43-1801(マイントピア別子)

新居浜市
 夜間景観を美しくライトアップ
 登道南商店街
 開催期間 12/9(土)~H30.2/26(月)※予定
 点灯時間 17:00頃~明け方

今治市
 電飾 約25万球
 タオル美術館
 今治市 ロマンチックに光輝くガーデン
 開催期間 約1万坪の広大なガーデンにまばゆい光が瞬きます。幻想的な光のトンネルも昨年よりバージョンアップしています。12/23より3Dマッピングも始まります♪
 今治市朝倉上甲2930 0898-56-1515(タオル美術館)

新居浜中央公園
 電飾 約1.2万球
 新居浜市 毎年恒例のツリー
 ライトアップ新居浜2017
 開催期間 ~H30.1/15(月)
 点灯時間 17:00~22:00
 新居浜市繁本町(新居浜市中央公園) 0897-36-5266(担当/好井)

松山市
 約16万球の光で華やかに
 ナイトファンタジー2017 えひめこどもの城
 開催期間 12/24(日)までの金・土・日・祝日
 遊具・レストラン・土・日曜日のみ利用可(※レストラン:12/22・23・24はXmasディナーバイキング予約者のみ)あいあい児童館:土曜日のみ利用可
 点灯時間 17:00~21:00(閉門21:30)
 松山市西野町乙108-1 089-963-3300(えひめこどもの城)

新鮮な魚介類の販売・卸
エスペランス
 FISH WHOLESALE STORE
 有限会社エスペランス
 今治市四村311-9
 TEL.0898-23-2127

お正月プリ予約承り中!
 [営業時間] 9時~19時
 [定休日] 水・日・祝日

魚屋エスペランス
 LINE ID@nyd8121v
 http://www.i-esperance.com

八島法律事務所

愛媛弁護士会 弁護士 八島 淳
 こんな時、まずはご相談ください。
 相続・離婚・借金問題・交通事故
 少年事件・刑事事件・その他各種相談

1 至今治港 郵便局 警察署 至西条 至西条 至西条 至西条
 伊予銀行 伊予銀行 伊予銀行 伊予銀行
 今治市役所 今治市役所 今治市役所 今治市役所
 ビッグボーイ ビッグボーイ ビッグボーイ ビッグボーイ
 今治駅 今治駅 今治駅 今治駅

年末年始のお休み▶12月29日(金)~1月4日(木)
 【事務所】 相談料/40分 5,400円
 今治市南宝来町1丁目5番地4月原ビル1階
TEL (0898) 35-3516(要予約)

ピアノ買取いたします!

使っていないピアノ
 買取ります。
 安心の地元業者 引き取り迅速
 地震対策、ECOにもなります

お気軽にお問い合わせください。
電話一本 無料査定
ピアノテクノ今治
 ☎0898-25-7933
 AM10:00~PM7:00(日、祝OK)

忘・新年会承り中

12月31日(日)~1月3日(水)、
 1月7日(日)・8日(月)はお休み。
 12月23日(祝)は営業します。

火鍋も大好評!

中華居酒屋りん
 住 今治市大正町2-1-5 P3台あり
 営業時間/17:00~23:00
 休/日曜日
 http://chuuka-rin.com/
 ☎0898-35-4398
 ☎090-1203-3975

冬だ!麻婆だ!ビールが旨い★

成人式記念写真

6ツ切台紙付
1ポーズ 6,000円
2ポーズ 10,000円

マイナンバー証明写真

目元ぱっちり小顔に美メイク
 今治市常盤町4-6-30 (裁判所となり)
☎22-6506
 駐車場有(店舗裏側)

カネイ写真館

ここです 免許証

みんなで免許をとろう!
 唐子浜・今治自動車教習所
 紹介してくれた人も入所した人も
 両方が嬉しいキャッシュバックあり!

今治市東村南1丁目1番1号
TEL. (0898) 48-0080

12/9(土)・10(日) 選べる楽しみ!シャディのおせち
 Tポイント5倍
 12月18日(月)までご予約承ります。

京風おせち「八坂」三段重

1~3人前向けのおせち
 縁起の良い亀甲型のお重に
 手間ひまかけた京の伝統の味
 豊富に取り揃えています。お正月の集いにはぜひ!

出産内祝・お返し品は…
株式会社ジェイギフト
 今治市小泉5丁目2-15
 ☎(0898) 32-1208
 FAX:(0898) 32-1229
 ホームページ: http://www.j-gift.co.jp/

地元の道が安心でええよね!

就職先や進路が決まった
 高校生・学生さんへ
**早めの免許取得で新生活
 スタートダッシュに差をつけよう!**

冬休み教習は中央自動車で!

買い物 デート 旅行

市内各方面、島しょ部も無料送迎バスあります。
 お気軽にお問い合わせください。

愛媛県公安委員会指定教習所
今治中央自動車教習所
 今治市小泉5丁目1-11-21
TEL.0898-32-0125

マイタウンクーポン持参の方
3,000円
キャッシュバック
 8ページにクーポンがあります。

http://www.imabari-cds.co.jp

インテリアのクリスマス

思い出に残るクリスマスギフトを

サンタクロース ¥4,104
 ヒョウガラスBOX ¥7,344
 ランタン ¥4,644
 LEDキャンドル ¥2,376
 キャット・サンタ ¥10,800
 ノーブルサンタ ¥5,184
 ゴールデンクリスマス ¥6,180
 ウォーターボール ¥3,024
 クリスマスツリー ¥4,104

フラワー&パールキーホルダー ¥1,404
 オーナメントピンク ¥3,780
 オーナメントブルー ¥3,780

interiArt インテリア今治店
 今治市旭町2-3-4 今治臨海ホテル1F
 ■営業時間/10:00~18:00
 ■定休日/火曜日
TEL. (0898) 22-9942