



「ラ・クック」でカンタンクッキング! 材料を味つけて焼くだけでおもてなしメニューにもピッタリの一品に。

- 材料(2人分)
- ラムチョップ…2本(約70g×2)
 - 塩・コショウ…少々
 - トマト…1個
 - ズッキーニ…8切れ
 - ニンニク…1片
 - ローズマリー…2本
 - オリーブオイル…小さじ1

作り方

- 1 ラムチョップは数箇所フォークで刺して、塩・コショウしておく。
- 2 トマトはくし切りにし、ズッキーニは7mmくらいの厚さに切っておく。
- 3 ①と②、つぶしたニンニクをラ・クックに並べ、ローズマリーをのせる。
- 4 オリーブオイルをまわしかけ、蓋をして上火・下火を弱火にして10分焼く。

※お使いのコンロによってはラ・クックが使用できない場合がございます。

ラムチョップの 香草グリル



読者プレゼント

レシピブック 30名様
●わたしのいつものごはん 栗原はるみ/NHK出版
●カレンの台所 滝沢カレン/サンクチュアリ出版
●志麻さんの自宅レシピ タサン志麻/講談社
いずれか1冊プレゼント!

ラ・クック



ラ・クック
◎8,800円(税込)

パロマ製ガスコンロのグリル専用フタ付き調理器具。グリルの高火力と組み合わせることで肉や野菜をふっくらと焼き上げることができます。大型の「ラ・クックグラン」もありますよ。

- 発行/北海道新聞 釧路支社 営業部
釧路市黒金町11丁目5番1号 ☎0154-31-2724
- 企画編集/(株)北日本広告社 企画編集室
釧路市黒金町14丁目 阿部ビル2F ☎0154-31-0820
- 釧路市・釧路町(一部地域を除く)毎週金曜日無料配布

プレゼント応募方法

【応募期間】令和2年6月26日(金)~7月2日(木)

WEB <https://www.fit946.net/>
へアクセス

スマートフォン 右記QRコードを読み込み
アクセス

※ケータイはスマートフォンのみ対応です。
ハガキ 住所、氏名、電話番号とプレゼント記号、
今週のWEEKLY Fit PRESSの感想を
送って、下記までお送りください。

〒085-0018 釧路市黒金町14丁目阿部ビル
北日本広告社
WEEKLY Fit PRESS プレゼント係

※応募は1人1通とさせていただきます。
※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。
※掲載のプレゼントに関する苦情・トラブル等は、当編集室では
一切の責任を負いません。
※お寄せいただいた個人情報、プレゼントの発送についての
利用・社内資料作成にのみ使用いたします。

WEEKLY Fit PRESS
アプリ 登録はコチラ▶

おうちでガス展 リフォーム特集 7/1(水)~31(金)

システムキッチン

どんなインテリアにもマッチするシンプルさと品質。

毎日使う場所だからこそ、居心地の良い空間であってほしい…そんな願いを叶えてくれるシステムキッチン!

パロマ シスト PD-200WS-60CV

水なし洗面槽
水なし洗面槽
水なし洗面槽
水なし洗面槽
水なし洗面槽
水なし洗面槽

ラ・クックセット
ワンクックリアレッド

すぐラクセット
(ラクック専用クッキングシート
木製プレート・レジック)

炊飯鍋

フェイセル限定!

工事費別 432,000円(税込)

ユニットバス

「想像以上に、気持ちいい」
バスタイムへ。

TOTO
サザナN1.0坪
HTV1616UNX1
魔法風呂槽なし

浴槽やシャワー、お掃除まで考え抜かれた多彩な機能「気持ちよさ」にトコトコこだわった浴室です。

工事費別 389,000円(税込)

節水トイレ

お手入れカンタン!
価格も納得の
機能充実モデル

手洗付一般使用
ヒーター無しタイプ

TOTO
ZJ1

通常見積金額 169,000円(税込)のところ
工事費コミコミ 155,000円

節水性と快適機能が両立!
陶器表面は汚れがつきにくく
落ちやすいTOTO独自の
セフィオンテクトで
仕上げました。

洗面化粧台

安くても高品質な
スタンダード
洗面化粧台。

収納3面鏡
両開き扉タイプ
(間口75cm)

TOTO
Vシリーズ

通常見積金額 199,540円(税込)のところ
工事費コミコミ 69,800円

エコシングル水栓で
お湯のムダ使いを防げます。
泡や髪がススイ流れる
「すべり台ボウル」など
機能充実!

今年のおうちでガス展

7/1(水)~31(金)

LINE 販売限定特典準備中!
第2弾「ガスだより特別号」でお知らせします!

第1弾 紙上 おうちでガス展

第2弾 今年も誌上で開催!
年に1度のおトクな祭り!
ガスだより特別号
7月検針時配布

第3弾 くしろ応援プロジェクト
みんなのために、まちのために、
釧路ガスから「元気」をお届け!
Fit7月31日号

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、ショールームでのガス展開催は中止とさせていただきます。ご理解・ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。実際にガス器具をご覧になりたいお客さまのご来場につきましては、密集とならないように入場を制限させて頂く場合があります。ご了承ください。

大切なお知らせ

GAS 釧路ガス 営業課 企画係 Tel 0154-22-8101 代表

〒085-0026 釧路市寿4丁目1番2号
Q 釧路ガス 検索

くしろ 釧路ガスのでんき

「くしろ 釧路ガスのでんき」をご契約されている方への期間限定 [~7/31(金)まで] 特典として

合計¥10,000以上 お買い上げで
商品券 ¥2,000円分 プレゼント

合計¥50,000以上 お買い上げで
商品券 ¥3,000円分 プレゼント

ご購入時に「釧路ガスのでんき」のご契約をいただいた方も、もちろん対象となります。
この機会に是非ご検討いただき、「釧路ガスのでんき」の詳細についてもお気軽にお問い合わせください。
下記特設サイトからも契約手続きが可能です。

「釧路ガスのでんき」特設サイト
<http://kushiro-gas.co.jp/kgas-denki/index.html>

ご相談はこちらへ

GAS 釧路ガス 株式会社 営業課 企画係
Tel 0154-22-8101 代表

〒085-0026 釧路市寿4丁目1番2号
Q 釧路ガスのでんき 検索

釧路ガス株式会社は、北海道ガス株式会社(「小売電気事業者」登録番号A0039)が供給する電気を取り次ぎ販売いたします。