

ご存知ですか？

カセットボンベの使い方



カセットコンロに使われ、災害用の備蓄としてもストックされるカセットボンベ。実は使用期限があるのをご存知ですか？その取扱い方や使えるアイテムをご紹介します。

●適切な保管場所

直射日光を避け、湿気の少ない風通しの良い涼しい場所がおすすめです。使用期限は製造から7年以内が目安と言われています。

●捨てるときは必ずガス抜きを

ガスを使いきっても、ボンベ内に微量のガスが残っている場合があるので、必ずガス抜きをしましょう。火の気のない屋外で先端を下にして先端部をコンクリートなどに押し付けます。ガスが出なくなったら、振ってみてシャカシャカと音がしなければカラになった状態。あとは、自治体の指定通りに捨てましょう。

※次のような状態のモノは危険なので、使ってはけません。

- ・セットする部分に変形やゆがみがある
- ・ボンベの先端部分にサビが出ている
- ・缶全体にサビが出ている

カセットボンベが使えるアイテム

たとえば、コンパクトなミニコンロはキャンプなどアウトドアにおすすめ。小鍋を使ってお湯を沸かしたり、簡単な調理もできます。キャンプ以外でも、ベランダや庭でちょっとコーヒーを淹れて楽しむのも良いですね。グリルは鉄板がついていて、食材を焼くのに適しています。ストーブは、電気やガスが使えない災害時にも暖をとることができる心強いアイテム。上部で小鍋を温められるタイプもあります。

コンパクトなストーブは洗面所やキッチン、テーブル下などに使えて便利です！



ほかにランタンやミニ冷蔵庫、発電機、草刈り機などさまざま。「カセットボンベ 活用」で検索してみてください



※カセットボンベのご使用には十分注意してください。

かんたんレシピ

サンマとエリンギのソテー

サンマとエリンギをバルサミコ酢とハチミツの上品なソースで♪お好みのキノコ類を入れても風味豊かで美味しいです。



材料

(2人分)

- さんま…2尾、エリンギ…2本、りんご…1/4個、すし酢…大さじ1
- 小麦粉・塩・コショウ・オリーブオイル…適量
- バルサミコ酢…小さじ2、ハチミツ…小さじ1
- イタリアンパセリ(あれば)…適量



①りんごは薄切りにし、すし酢で漬け込む。

②サンマは3枚おろしにして、さらに3等分にし、塩・コショウをして小麦粉をはたく。エリンギは縦薄切りにする。

③オリーブオイルを熱して②を焼き、器にサンマとエリンギを交互に盛り付ける。

④バルサミコ酢とハチミツを合わせて耐熱皿に入れ、ラップをして600wで30秒加熱する。

⑤③に①を添え、④をかけて、イタリアンパセリをのせる。

教えてくれた人…尾田衣子さん

料理研究家。料理教室「アシェットドキヌ」主宰。ル・コルドンブルー東京ほかで料理を学び独立。身近な食材で手軽に作れる料理に定評がある。 <http://ryo-ri.net/>

※サンマは小麦粉をはたくことで皮がむけずに焼きあがります。



株式会社 奥山工務店