


No. 3
2021年6月

oyako life





To you
from Hokkaido



Content

- 1 防疫對策__把衣服洗乾淨, 抗菌保持健康。
- 3 <端午親子包粽不藏私食譜>
- 6 <十分鐘料理~玉子燒鍋布朗尼>
- 7 整天在家, 更能感受咖啡的魅力。
- 10 不用飛北海道, 也能品嚐滿滿北海道的美味!



By Annie Shang

防疫對策__把衣服洗乾淨， 抗菌保持健康。

防疫期間，外出回到家時，是不是擔心將外頭的細菌病毒都帶回家中？專業醫師提醒大家不必過度恐慌，因為會感染的前提是，要接觸到有活性且數量夠多的病毒，因此若有殘留病毒，但是數量不夠多，感染機率其實很低，再加上病毒主要是透過飛沫及接觸傳染，因此不把病毒帶回家的基本原則就是：回家後一定要洗手，並且在需要接觸口鼻眼

時，最好也先洗手。接著，換掉外出服，維持家中乾淨安全區域。需要清洗的衣服放進洗衣籃，基本上病毒是沾黏在衣服表面，並不會在空氣中亂飛，但若擔心，也可將衣服反脫放入洗衣籃，或是直接放入洗衣機清洗。使用Tomioka Cleaning強效洗衣粉清洗，含有少量氯，幫助除菌消臭，在家簡單輕鬆做好基礎清潔，保持健康，保護自己與家人。

<含有少量氯，
幫助除菌消臭>

.....



<端午親子包粽不藏私食譜>

By Ruth Hong



粽子食譜(60個份)

粽葉 1包~2包(視品質) 香菇60朵 板栗60顆 鹹蛋黃30個

蝦米1 1/2杯 新鮮油蔥1/2斤 油蔥酥3杯

長糯米7 1/2斤 豬油 花生1 1/2斤 五花肉3斤



作法：

1.熱水泡粽葉一晚，隔天一葉一葉清洗

2.前一天先燙過花生，放到冷凍去冰凍，隔天放到電鍋，內鍋水蓋過花生，外鍋用三杯水蒸煮；跳起來後，內鍋補水蓋過花生，外鍋用一杯水蒸煮

3.用豬油炒香蘿蔔乾，加入胡椒粉調味

4.炸豬油，取一點炒新鮮紅蔥頭，加入蝦米、香菇直到香氣十足，炒五花肉，滷肉，滷汁留下來炒飯用
將香菇、滷肉分類，滷汁一點滷板栗，滷汁一點滷珠貝

5.豬油炒米，加入滷汁，加鹽與胡椒粉，起鍋後加入酥炸的蔥頭酥





Thank you Ruth !



By Yui's 料理自學小天地

利用玉子燒鍋&超商都買得到的材料,不須烤箱就能做出好吃布朗尼!

完整做法請參考:

[Yui's 料理自學小天地](#)

[製作影片](#)

低筋麵粉 ...50克

糖粉 ...50克(可以自行減少)

無鹽奶油 ...100克

雞蛋3顆

核桃 ...適量(可省略)

苦甜巧克力 ...一包(重量80克左右就可以,最好選用75%以上的黑巧克力,大波露不考慮)

[台灣鐵鍋開團中](#)



整天在家， 更能感受咖啡的魅力。

在家的365天，都能有不同的樣貌，
停下腳步更能細細品味身邊的所有
風景。留一杯咖啡的時間給自己，細
細品嚐苦中帶甘，慢慢體會一口一
口的溫暖。僅以此篇獻給在疫情中
努力不出門，努力保持健康的我們。



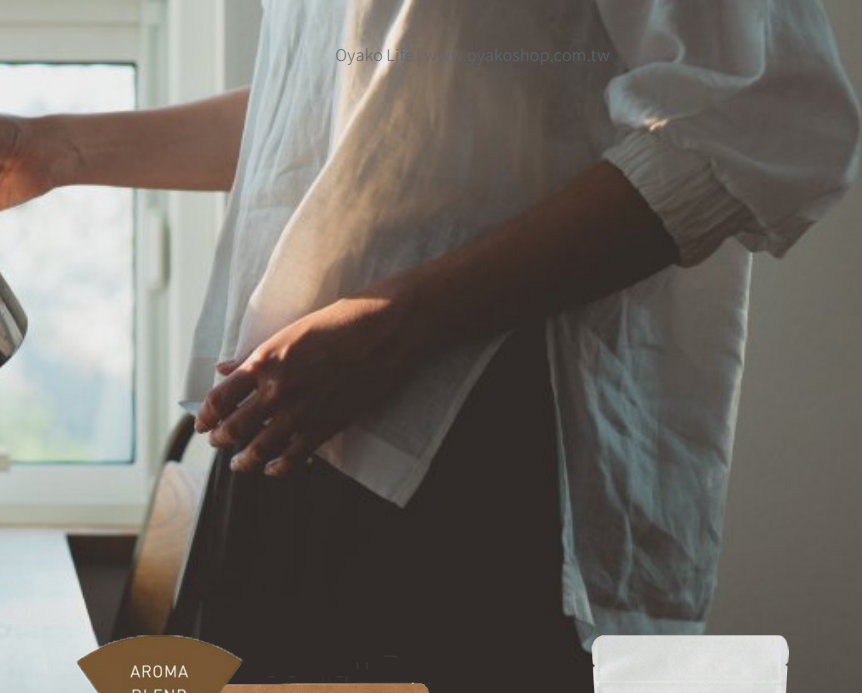
9:00

○ 第一杯，是甦醒的味道。

機器磨豆的聲音，隨之而來的煙燻
香氣，喫一口準備好展開一天生活。

*推薦咖啡：

Ritaru KUNSEI COFFEE 燻製咖啡



15:00

- 第二杯，休息一下喘口氣。
中烘焙搭配牛奶，結束兩場視訊會議後的最佳放鬆時刻。

*推薦咖啡：

Ritaru AROMA 風味中烘焙

22:00

- 第三杯，my time 的精心時刻。
孩子們都睡了，一杯無咖啡因咖啡佐爵士樂，謝謝又完成一天的自己。

*推薦咖啡：

Innocent DECAF 淺煎SAKURA



Coming Soon



日曜日の
クッキー。

不用飛北海道，
也能品嚐滿滿北海道的美味！

Oyako Shop 這個夏季特別企劃-北海道美食直購服務-網站下單,日本直送到您家~首波主打札幌人氣餅乾店”日曜COOKIE”以及北海道可愛盟主”白熊聯名款零嘴美食”...陸續還會推出小農牧場直送乳製品等等~馬上加入LINE@官方帳號,關注最新訊息!

*Keep Calm,
stay Safe
and be Happy*



oyakoSHOP
LIVING & BIRD

oyako life

Follow Us

- LINE: @OYAKOSHOP_親子選物
- Foodpanda: Oyako Shop
- Facebook: @OYAKO.zakka.bike
- 宥和企業有限公司：
www.youho.com.tw



oyako SHOP
Zakka & Bike



OYAKOSHOP_親子選物LINE@



成為會員!