



ほのかにステキ 暮らしのたより

honoca

magazine

YouTube 長野都市ガスチャンネル

Chef Ropia 第28弾!

— 特集 —

ジョイフル・クイジーン

「牛ステーキ ガーリックソース添え」



April 2025

4



長野都市ガス

Chef Ropia's JOYFUL CUISINE

presented by Nagano Toshi Gas



材 料 (1人分)

牛ステーキ肉	1枚 (約350g)
塩	適量
ブラックペッパー	
オリーブオイル	
バター	
ミックスリーフ	

ガーリックソース (作りやすい分量)

にんにく	1玉
生クリーム	適量
塩	

Chef Ropia イタリアへ

長野市篠ノ井出身、チャンネル登録者数
55万人超の料理人 YouTuber
「Chef Ropia」こと小林諭史シェフが、
東京・渋谷「ポンテカルボ」の幕を下ろし、
この4月、在ミラノ総領事館の公邸料理人
に就任！

そこで、今回の「JOYFUL CUISINE」
では、渡伊前のラストを飾るにふさわしい
ごちそうレシピ、「牛ステーキ」と「フルー
ツタルト」をご紹介します。

下記のコードをスマホで読み取って、ぜひ
ご覧ください！

「Chef Ropia」のさらなる挑戦から、
ますます目が離せません！！



beef steak 牛ステーキ ガーリックソース添え

作り方

- 1 牛肉は余分な脂を取り除き、室温に置く。
ガーリックソースを作る。にんにくは皮付きのまま1片ずつに分け、アルミホイルで包む。ガスグリルに入れ、上下弱火で10分加熱する。指でつぶせるくらい柔らかくなるまで、様子を見ながら5分ずつ延長して加熱する。
- 2 ②の薄皮を取り除いたら、包丁でペースト状になるまでたたく。ボウルに入れて生クリームを少しずつ加え、もったりするまでのばし、塩で味を調える。
- 3 牛肉を焼く。①の両面に、塩とブラックペッパーをふる。鉄フライパンにオリーブオイルをひき、十分に熱したら牛肉を入れる。中火～強火で焼き、しっかり焼き色が付いたら裏返す。裏面をさっと焼いたらパットに取り出し、アルミホイルを被せて2分ほど休ませる。
- 4 空いた鉄フライパンの汚れを拭き取り、バターを入れて火にかける。バターが溶けたら④を戻し、弱火でアロゼする。パットに取り出し、1～2分休ませたらカットする。
- 5 ミックスリーフを盛り付けた皿に⑤のをのせ、ガーリックソースを添えて完成。
- 6

Point

- *肉を休ませ、余熱で適度に火を入れる。
- *肉の中心温度が56～58℃で、ミディアムレアの仕上がりに。



 **YouTube**
JOYFUL CUISINE



DELICIA

今回の JOYFUL CUISINE では、ガーリックソースづくりでもタルト台づくりでも、ガスコンロのグリルが大活躍！

そこでこの特集では、ガスコンロの最高峰「デリシア」の、グリルの進化をはじめとした調理性能のすごさの一端をご紹介します！！

Rinnai
プレミアムシリーズ DELICIA
RHS72W38M13RCSTW
メーカー希望小売価格 402,490 円(税込)

当社販売価格 **221,000 円(税込)**

45% OFF

5月のリンナイによる価格改定前の、今がチャンスです！

お客さまのスタイルに合わせて、こちらもお検討ください！



45% OFF

リンナイ
ハイグレードシリーズ Lisse

■ココットプレート (同梱) ■トースト・ピザプレート (別売)



45% OFF

リンナイ
スタンダードシリーズ Mytone

■ココットプレート (1機種を除き同梱)



デリシアの詳細について、長野都市ガス社員がご紹介！
上記のコードをスマホで読み取って、ぜひご覧ください！！



ザ・ココット

コンロでもグリルでも使える万能鍋「ザ・ココット」。

蒸す・焼く・煮る・無水調理・解凍調理※・低温調理※など、おうち料理のレパートリーを広げてくれます。

※アプリによるオート調理のみ。

ココットプレート

開口スリットのある蓋が、素材のうまみを閉じ込めながら、直火のおいしさを届けます。
しかも、波形プレートの溝に食材の余分な油が流れ落ちるのでヘルシー。



トースト・ピザプレート

フラット形状のプレートとグリルの直火を組み合わせることで、トーストをカリッとふっくら焼き上げます。
ピザも、お店の石窯調理のような仕上がり。

+R RECIPE

豊富なメニューの中からレシピを選んで下ごしらえしたら、あとはレシピをコンロに送信して点火するだけ。
火加減や加熱時間はコンロにおまかせで、ごちそうの完成です。



速攻フワリ 乾太くん



ACL長野パルセイロ・レディース
伊藤 めぐみ 選手



ACL長野パルセイロ・レディース
大内 梨央 選手

デザインと機能が進化、デラックスタイプ。

60 min

ガスならではのパワフルな温風により、
4人分 6kgの衣類を、たったの60分で
ふっくらやわらかに乾燥します。*1

99 %

80℃以上の温風で、生乾き臭の原因菌
「モラクセラ菌」を、99.9%減少させ
ます。*2

花粉中のアレル物質も、約99%減少
させます。*3

99.4 %

ガス衣類乾燥機「乾太くん」をお使
いの方実に99.4%が、その使い
心地に満足されています。*4

22万円 (税込)

Rinnai 乾太くん

RDT-63 (デラックス 6 kg 操作パネル下部タイプ)
標準部材・標準取付工事費込み当社販売価格 220,000円 (税込)

※RDT-63 メーカー希望小売価格 206,690円 (税込)
※標準部材内訳：専用台 (高) DS-80HSF・排湿管セット DPS-80KC
※標準取付工事費内訳：機器取付・壁面穴あけ・ガスコード (1m)
※ガス工事費は別途です。※設置条件によっては、別途費用が発生する場合があります。
※上記金額は、新設時のものです。お取り替え時は、別途お見積りいたします。
※左の写真は、操作パネル上部タイプです。

5月のリンナイによる価格改定前の、今がチャンスです!

特設サイトは
こちら ▶▶▶



*1 試験条件：実用衣類 (綿 50%、化繊 50%)、脱水度 70%、標準コースで算出。
*2 試験機関：愛知学院大学薬学部 試験対象：モラクセラ・オスロエンシス
試験方法：菌付着布の生菌数測定。緩衝液中で菌を洗い出し、寒天平板にて培養。
3 試験製品：RDT-54S 乾燥時間：20分運転 (タイマー) 衣類生地：綿 Y シャツ、混紡 (綿 35%、化繊 65%) Y シャツ 衣類量：3 kg 乾燥度：100% 試験方法：① 5 cm × 5 cm の Y シャツ生地に 1 mg のスギ花粉をまぶし、袋に入れて花粉を拡散させる。② Y シャツの前面に生地を縫い付け、その他の衣類と一緒に乾燥。※アレル物質は花粉に含まれるたんぱく質です。※リンナイ調べ (公益財団法人名古屋産業科学研究所協力)。 *2 *3 いずれの試験結果も、使用環境や機器により、結果に誤差が生じる場合があります。
*4 2020 年 5 月リンナイ調べ (リンナイスไตล์会員 乾太くん所有者 n=181)

Toshi gas
Reform

長野ショールーム

リフォーム 無料相談会

事前予約制<日・祝 除く>

まかせてずっと、
安心リフォーム。

ご予約はこちら
から▶▶▶



Yummy's
recipe note

abn 毎週水曜 18:55-19:00 OA

世界中の家庭料理を
おうちで作りやすいレシピに

長野都市ガス



放送後の動画は
こちらから▶▶▶

ON AIR



▶▶▶ 今年より、ガス展は開催いたしません

年間を通して、いつでもお得な価格で
お買い求めいただけます！
お気軽にご相談ください！！

▶▶▶ 検針票が変わりました 詳細につきましては、右記のコードよりご確認ください。



もっと、ながのを、ホッとに。

長野都市ガス

長野ショールーム
須坂ショールーム
篠ノ井ショールーム
東信ショールーム

長野市鶴賀 1017
須坂市大字須坂 1663-1
長野市篠ノ井会 684-5
佐久市岩村田 1718-3

北信支店 TEL.026-226-8161

東信支店 TEL.0267-68-5252

【ショールーム営業時間：10:00～17:00（日・祝・年末年始を除く）】

【電話受付時間：9:00～17:30】