



Dog time Journal

仙台市泉区南中山
2丁目37-2
TEL 022-348-2526
CLOSE 木曜日
OPEN 10:00~19:00
HP → www.dogtime.jp/
スタッフブログ → アメバブログ
「ドグタイム」で検索

季節に合わせたトッピング食材
運動不足、水分摂取量が少なくなりがちなこの季節にピッタリの食材をいくつかピックアップし、まとめてみました!!

鶏肉
細かく切ったりして加熱。FLIの付けは栄養価高め。マシムは生食OK!

βカロテンで免疫UP
寒い季節調子や下痢に。お肌も小さくカット加熱しにんにく生で使用する際は酢やレモンを付けて。

豆腐
生で加熱し洗ひかけ。体の冷やめ作用が効率的に加熱して与える。

里いも
皮を剥いて塩をまぶし、串刺しして20-30分水かきわで煮る。

昆布
昆布 米を炊いてストウチで洗って表面を水で洗って水を切る。

水分補給食料
大根、皮と利おろして生かして絞る。リンゴ、バナナ、イチゴ、だいたい入る。やわらかく煮てお茶、生で与える。生で与える場合は新鮮なものを。赤い色の強いイチゴは避ける。

はちみつ
利尿作用でできた毒を排出!! 無糖のもの。

鶏肉
ササミ(木理)をゆでる。生で。

しいたけ
皮が糸を引く部分は取り除く。ローソクで加熱。

水で煮て活用
油をひき、野菜の吸収を助ける!

フードは1/2減らして
過剰摂取に気を付けよう!

しょうが
皮と生で利用。食前直前にトッピング。

フアトはたまらない!!

PORTER入荷

FLAVORとPORTERがコラボしたColor&Leadが入荷しました!!

素材: ナイロン
カラー: オレンジ、パール、ブラック
★ 丈夫な素材なので汚れは水洗いでOKです。
Color S ¥7140 M ¥8190 L ¥8190
Lead S ¥7350 M ¥7350 L ¥8400

素材: パラタニ川州布綿100%
カラー: ベージュ、ブラック、カーキ
★ 撥水性に大変優れています!
★ 金具がすべてステンレスとなっていて高級感あるデザインになっております。
Color S ¥3,990 M ¥3,990 L ¥6,705
Lead S ¥5,565 M ¥5,995 L ¥6,930

フタフタ

春から幼稚園へ行く息子と残りすくない平日のおでかけを楽しみたいです。ズボン、タンクトップとかわさず、管仲 駿美

軽装、洗ってすぐ着るの「里山菜昆布」が国産を友人にいただいたからハマってしまいました。ご主人が違いますが、吾妻美季

トラブル予防に!!!

リンパマッサージでお手軽に。涙やけ、結膜炎、角膜炎や老化による白内障など、目の様々なトラブルにリンパマッサージは有効です。



耳の後ろのくぼみ
風池(ふうち)というリンパ節に
向かって親指と人差し指でぬくりをします。(3回)

※ 負担される程度の弱い力でのみ行って下さい。



先日、OH! バンデスのお絵書きしSHOWに挑戦しましたが、リカットGETならず。悔しいのでまた糸針リバンジします。

このお絵書きは、季節はズレていますが、春のお菓子作りで、栄養がたっぷりです。藤田 万里江

