



キッチンも夏仕様に...





食欲の落ちる夏、見た目の涼しさを演出して少しでも食欲が出るようにしたいものです。

また、火を使うため、住まいの中で最も暑いキッチンなので、料理をする時間もできるだけ

快適に過ごしたいですね。そこで、キッチンも夏仕様に変えてみませんか？



ガラスの器を活用

クローゼットの衣類を夏と冬で入れ換えるように、食器戸棚の中も夏向きに入れ換えてみてはいかがでしょうか？ガラスの器が前面に並ぶだけでも涼しさが加わります。

ガラスの器にお料理を盛り付け、食卓にも涼感を演出します。
麻素材のテーブルクロスなど、テーブルセッティングも涼しげなイメージに。

グラスを…

ビールは、冷凍庫で冷やしたグラスに注いで飲むと、ビールそのものを冷たく冷やすより胃に優しく、ひんやりとしたグラスの感触が気持ちよいものです。夏場だけでも冷蔵庫内にグラス置き場を設けるといいですね。



風の向き

エアコンを住まいに設置するときは、冷気の吹き出し口がキッチンに向く位置に取り付けておくと、冷えた **LD** の空気がキッチンに流れ、調理中の暑さがしのげます。

調理時間を短く

調理器具も、しばらく出番のなさそうな土鍋などは収納の奥にしまい、竹のザルやガラスのボウルなど、夏のレシピに活躍しそうな調理器具を手前に移動させます。

よく使う調理器具が取り出しやすくなれば、調理時間を短縮でき、家の中でいちばん暑いキッチンにいる時間を減らせます

