

松田珈琲工房

Cafe
Noccacal

Vol.31

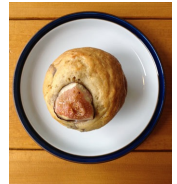
こんにちは！カフェノカルは木金土のみ営業している隠れ家的カフェです。というか隠れちゃったカフェ。こだわりのスペシャルティコーヒーとお豆腐マフィンの専門店です。イベントなどの出張珈琲屋さんや珈琲教室も承っております。よろしくお願ひします。さて、今月もみなさまにとって素敵な月でありますように♪

今月限定珈琲 <お月見ブレンド>

今月はニカラグアをメインにブレンドしました。ニカラグア北部の山岳地帯ラス・セゴビア地区のお豆をフローレンシア社の精製所でナチュラル製法で精製しました。華やかでクリーンな味わいと赤ワインや果実感を思わせる香味がたっぷり詰まっています。そして深煎りのマンデリンをブレンド。コクとまるやかさをアクセントに仕上げました。秋の夜長にピッタリなブレンドです♪いちじくマフィンとの相性もピッタリです。数量限定です。

限定マフィン <いちじく>

牛乳、バター、卵、白砂糖を使用していないお豆腐のマフィン。今月はいちじくです♪赤ワインでことごと煮込んだいちじくのコンポートを生地の中にごろり。てっぺんにもトッピングして焼き上げました。優しい甘さといちじくのつぶつぶ感がたまりません♥



<珈琲教室> ☆ご予約は店頭、mail、電話にてお待ちしております♪

本格的な珈琲をお家でも楽しめます♪ 金曜、土曜 9:30~10:30
(詳しい日程、内容はお問い合わせください。)

<講座内容>

step1 基礎	美味しいコーヒーとは。ドリップの基礎知識と実技 (マフィン付き 2,000円)
step2 基礎強化	珈琲豆ができるまで。ドリップ強化 (マフィン付き 2,000円)
step3 応用	ドリップを応用したアレンジメニュー 季節に合わせたアレンジメニューを作ります。(マフィン付き 3,000円)
step4 ブレンディング	ブレンドの基本。お好みのブレンドを作ります。(マフィン付き 3,500円)



美味しい珈琲の基本とkono式でのハンドドリップを丁寧に学べます。普段お使いのコーヒーポットがあればお持ちください。 講師：ノカル店主 松田啓美

<店主のつぶやき>

こんにちは。まだまだ残暑が厳しいですが、秋の足音も聞こえてまいりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。本当に時が経つのは早いものです。夏の素敵な思い出はたくさんできましたでしょうか？ノカルは先月お知らせしていた夏祭りを無事に終えました。ブログでもお伝えいたしましたが、たくさんの方にご来店頂き、お客様にもたくさんご協力頂いたおかげさまで、とても楽しい1日となりました。心より感謝申し上げます。二回目の今年は併設している音楽教室とのコラボ企画で楽器でセッションをしたり、店内で生演奏が流れていてとても心地の良い時間でした！時々、こうしてライブがあると楽しいな—と思いました。今後も楽しいことしていきたいです♪

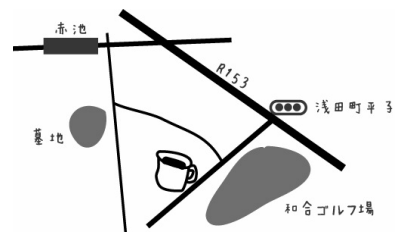
<お知らせ>

- ☆ 9月27日(土) は誠に勝手ながら臨時休業となります。よろしくお願ひいたします。
- ☆ 不定期で開催しているマフィン教室。次回は10月の土曜日を予定しております。詳細は随時お知らせします。

HP、Facebook、Twitterをチェックしてくださいませ。

<ナースの豆知識 有酸素運動とダイエットの効果>

代表的な有酸素運動にはウォーキング、ランニング、水泳、サイクリングなどがあります。運動中に酸素を多く取り込むと、筋肉中のグリコーゲン、血中の糖質や脂肪を分解して、体を動かすためのエネルギーを生み出します。まず20分くらいは糖質が使われその後、徐々に脂肪が使われるようになります。脂肪を燃焼したい方は20分以上の有酸素運動をおすすめします。血中のエネルギーが不足してくると、リパーゼという脂肪分解酵素がそれを補おうとして、体脂肪を脂肪酸とグリセリンに分解します。そして、脂肪酸を血中に押し流してくれます。それが有酸素運動で取り込んだ酸素と結合し、どんどん脂肪酸が燃焼されて体脂肪が減っていくというしくみ。どうですか？運動しなくなってきましたか？夏バテをすっきりリセットしたい方や、暑くてついついビールがすすんでしまい気がついたらお腹がポッコリ。そんな方におすすめです♪最近はずっかりランニングから遠のいていた店主もそろそろ再開しようかと思っております♪



日進市赤池町箕の手2-754 松田珈琲工房 Cafe Noccacal