


energy by nature · harnessed by  BORD GÁIS
ENERGY SUPPLY

sa bhaile

le Soláthar Funnimh Bhord Gáis

- Lónraí Bhord Gáis
- An bhféadfadh do chóras téimh lárnaigh feidhmiú níos fearr?
- Faigh laghdú €105 ar shaoire 2 oíche in óstán de chuid Lynch Hotels nuair a dhéanann tú do chuire a sheirbhísí
- An Seirbhís Bhuiséadta agus Comhairle Airgid
- Bia Blasta Dundon

BGESAH0808

Ag cur bainistíocht inbhuanaithe foraoise agus athchúrsáil chun cinn 

Eagrán 11

Líonraí Bhord Gáis

Déanann Líonraí Bhord Gáis, rannán de chuid Bhord Gáis, an phíblíne gháis nádúrtha ar fud na hÉireann a thógáil, a fheidmiú agus a chothabháil. Déanann siad gás a sheachadadh tríd an líonra píblíne chuig tithe agus gnólachtaí thar ceann na soláthróirí gás ar fad agus tá siad freagrach as gach custaiméir gás nádúrtha a cheangal leis an líonra.

Déanann Líonraí Bhord Gáis an leagan ar fad de chuid na seirbhíse píblíne ag áitribh chustaiméirí chomh maith le suiteáil méadar gás, athruithe agus dícheangail. Déanann Líonraí Bhord Gáis léamha iarbhíre méadair ag áitribh chustaiméirí chomh maith. Le fiosruithe a bhaineann le ceangail, méadair nó athruithe glaoigh ar Líonraí Bhord Gáis ag **1850 200 694**.

Is ríthábhachtach í sábháilteacht ag Líonraí Bhord Gáis agus tá líon mór acmhainní curtha ar fáil chun a chinntiú go bhfuil an líonra Éireannach gás ar cheann de na cinn is sábháilte ar domhan. Cuireann Líonraí Bhord Gáis Seirbhís Éigeandála 24 uair an chloig ar fáil 365 lá sa bhliain, ag cinntiú sábháilteacht agus sláine an chórais gháis in Éirinn.

Ná déan dearmad má fhaigheann tú boladh gás:

- Cinntigh nach bhfuil fearais gháis fágtha ar siúl agus gan a bheith lasta
- Ná caith tobac agus ná bain úsáid as lasair gan chosaint
- Ná déan aon rud leictreach a dhíphlugáil nó a chur ar siúl nó amhúchadh
- Oscail fuinneoga agus doirse chun ligean don ghás easrú
- Má tá na fearais múchta ach má tá an boladh fós ann, déan an gás a mhúchadh ag an méadar
- Glaoigh ar Sheirbhís Éigeandála 24 Uair an Chloig Bhord Gáis **1850 20 50 50**.

Téigh chuig www.bordgais.ie/networks le haghaidh eolas breise maidir le Líonraí Bhord Gáis.

An bhféadfadh do chóras téimh lárnaigh feidhmiú níos fearr?

Méadaigh éifeachtacht do choire le seirbhísiú

Molann Soláthar Fuinnimh Bhord Gáis, Fuinneamh Inbhuanaithe Éireann (SEI) agus déantóirí coirí go ndéantar do choire a sheirbhísiú ar a laghad uair amháin sa bhliain. Déanfaidh seirbhís bhliantúil do do choire a chinntiú go n-oibreoidh sé go sábháilte agus go héifeachtúil thar thréimhse fhada. Laghdóidh seirbhísiú rialta an baol go mbrisfeadh an coire agus méid an fhuinnimh a úsáideann tú.

An raibh a fhios agat trí do choire a sheirbhísiú go gcinntíonn sé:

- Éifeachtacht fheabhsaithe coire
- Costais laghdaithe bhreosla
- Seans níos lú go mbrisfidh sé
- Astuithe laghdaithe carbóin

Ní raibh am níos fearr ann do choire a sheirbhísiú mar nuair a dhéanann tú d'fhéadfá lacáiste €105 d'fháil ar bhriseadh 2 oíche in óstán de chuid Lynch Hotels a bhuachan.



An Seirbhís Bhuiséadta agus Chomhairle Airgid

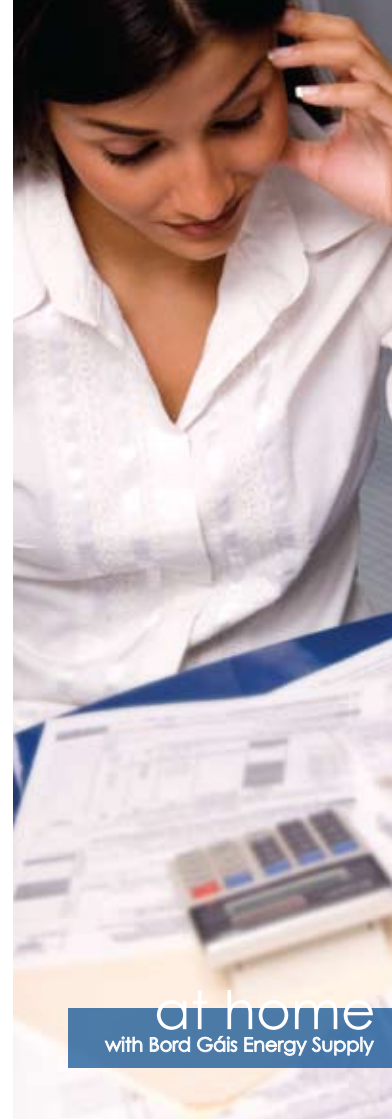
Tuigeann Soláthar Fuinnimh Bhord Gáis go bhféadfadh custaiméirí bheith i mbroid airgeadais uaireanta agus go mbíonn deacracht acu a mbille gáis a íoc dá bharr sin. Comhairlímíd go rialta do chustaiméirí go mbíonn na deacrachtaí seo acu dul i dteagmháil leis an Seirbhís Bhuiséadta agus Chomhairle Airgid (MABS) chun faisnéis a sholáthar agus cabhrú le custaiméirí pleananna buiséid a dhéanamh d'íocaíocht billí.

Is seirbhís saor in aisce, faoi rún, neamhspleách agus neamh-dhaorbhreithiúnach é MABS do dhaoine i bhfiacha nó i mbaol fiachais. Is seirbhís náisiúnta é atá maoinithe ag an Roinn Gnóthaí Sóisialacha agus Teaghlaigh go príomha do dhaoine ar ioncam íseal.

Is rud deacair, uaigneach agus éadóchasach uaireanta é gan smacht a bheith agat ar do chuid airgeadas. An taithí atá ag MABS ná gur féidir le deacrachtaí airgeadais a bheith ag duine ar bith ó lucht ard-ioncain go daoine ar iomcam íseal, mar sin má tá tú buartha faoi airgead níl tú i d'aonar. Is féidir le deacrachtaí airgid tionchar a bheith acu ar shláinte daoine agus ar a bhfolláine ina iomlán. Tá MABS ann chun cabhrú le daoine, ar bhealach neamh-dhaorbhreithiúnach agus faoi rún, smacht a athfháil ar a gcuid airgeadas trí bhuiséad inacmhainne agus inbhuanaithe a chur le chéile dóibh.

Tá seirbhís nua líne cabhraí ag MABS **1890 283 438**, ar oscailt Luan go hAoine 9rn go 8in agus laithreán gréasáin www.mabs.ie chun cabhrú le daoine i bhfiacha nó i mbaol fiachais. Is féidir le duine ar bith atá buartha faoi fhiachas casadh le duine de Chomhairleoirí Airgid MABS ar bhonn rúnda chun a gcuid cúraimí a phlé agus a roghanna a mheas i gceann ar bith de na 52 oifig áitiúil MABS ar fud na tíre.

Tá cód cleachtais ag Soláthar Fuinnimh Bhord Gáis maidir le do bhille Sholáthar Fuinnimh Bhord Gáis a íoc a d'fhéadfadh a bheith úsáideach duit. Chun do chóip saor in aisce a fháil glaoigh orainn ag **1850 632 632** nó téigh chuig ár láithreán gréasáin www.bordgaisenergysupply.ie



Faigh laghdú €105 ar shaoire 2 oíche in óstán de chuid Lynch Hotels

nuair a chaitheann tú €105 ar sheirbhísiú coire

Déan do chaire a sheirbhísiú roimh 15 Deireadh Fómhair 2008 agus cuirfidimid dearbhán ar luach €105 chugat go huathoibríoch ar féidir a úsáid in aon cheann d'óstáin de chuid Lynch Hotels i seacht suíomh iontach ar fud na hÉireann.

Soláthraíonn Lynch Hotels luach maith ar airgead mar aon le hardchaidheán compoird agus fáilteachais. Lean ort, cuir seirbhísiú in áirithe do do chaire agus ansin saoire bheag duit féin!

Simplí le húsáid:

- Téigh chuig www.lynchhotels.com agus aimsigh do rogha óstáin
- Déan an áirithint ar líne ag www.lynchhotels.com agus téigh ar saoire idir 1 Meán Fómhair 2008 agus 31 Bealtaine 2009 do bheirt duine fásta nó níos mó
- Fan le haghaidh dhá oíche Leaba is Bricfeasta, le dinnéar amháin
- Tabhair leat an dearbhán agus tú ag seiceáil amach agus bainfead €105 go huathoibríoch de do bhille óstáin

Furasta a shocrú

Chun seirbhísiú coire a shocrú le hInnealtóir Soláthar Fuinnimh Bhord Gáis,

ní gá ach: Teileafón: **1850 632 632** R-phost: servicing@bordgais.ie

Seol téacs: **BOILER** agus d'ainm agus seoladh chuig **51500**

(rátaí caighdeánacha téacs)

Téigh chuig: www.bordgaisenergysupply.ie

Ní fhéadfadh sé a bheith níos simplí - tabhair sos duit féin agus do do chaire!

Baineann téarmaí agus coinníollacha leis seo agus tá siad ar fáil ar iarratas i scríbhinn chuig Soláthar Fuinnimh Bhord Gáis. Iarratas Téarmaí agus Coinníollacha, Bosca Oifig Phoist 10943, Baile Átha Cliath 1, nó is féidir breathnú orthu ag www.bordgaisenergysupply.ie. Níl cead ach dearbhán amháin promóisín Ostáin Lynch Hotels de chuid Soláthar Fuinnimh Bhord Gáis a úsáid le gach cuairt.

LYNCH
www.lynchhotels.com



at home
with Bord Gáis Energy Supply

Cadal Bhaile Átha Cliath Uí Dhúill

San eagrán seo de 'sa bhaile' tá áthas orainn níos mó de 'Bhia Blasta Dundon' a roinnt leat. Seo cúpla oideas mealltach so-bhlasta eile ón gCócaire Éireannach cáiliúil Kevin Dundon le tabhairt faoi i do chistin féin! Seo leagan Kevin de mhias atá thart ón ochtú haois déag. Go traidisiúnta rinneadh é ar ía pá agus fágadh é ag suanbhruith ar an sorn, mar ní raibh a fhios ag an am cén uair a thioctadh fear an tí abhaile ón teach tabhairne.

Go leor do Cheathrar

450g/1 punt prátaí, sciúrtha go maith
1 cainneann, beartha agus slisnithe go tanaí
salann agus piobar dubh úrmheilte
4 íspín mór ar stíl bhúistéara
3 sp. bhoird uachtair
1 taespúnóg duilleoga tíme, agus breis le haghaidh gainise

225g/ 8 n-unsá bagún, gearrtha go lárdaín
1 cairéad mór, díslithe
3 sp. bhoird uachtair
400 ml/14 unsa leachtach stoic shicín
25g/1 unsa ime

Cúladaigh na prátaí le huisce fuar i bpota agus cuir gráinnín salainn leo. Bain an fiuchadh astu, ansin déan iad a shuanbhruith ar feadh 15-20 nóiméad nó go dtí go bhfuil siad go hiomlán bog nuair a chuireann tú an barr de scian ghéar iontu.

Déan panna a théamh agus an bagún a shótáil ar feadh 2-3 nóiméad go dtí go dtosaíonn an saill ag teacht amach as. Cuir isteach an cainneann, an cairéad agus an tím agus lean ar aghaidh á gcócaráil ar feadh 4-5 nóiméad go dtí go bhfuil siad bog ach gan bheith daite.

Doir isteach an stoc glasraí isteach sa phanna agus bain an fiuchadh as, ansin laghdaigh an teas agus déan é a shuanbhruith ar feadh 15 nóiméad nó mar sin go dtí go bhfuil an leacht laghdaithe beagáinín agus na glasraí go hiomlán bog.

Déan panna grídlle a théamh agus déan na hispíní a chócaráil ar feadh 10-15 nóiméad go dtí go bhfuil siad cócaráilte go hiomlán agus marcáilte go maith.

Déan na prátaí a shileadh i síohlán agus ansin bain an craiceann díobh agus iad fós te. Brúigh trí ríseoir prátaí nó criathar iad ag baint úsáide as spadal. Déan an t-uachtar a théamh go tapa i bpanna. Buail an t-im isteach sa bhrúifín te agus ansin cuir go leor bainne isteach chun puree mín ach ramhar a dhéanamh. Cuir dea-bhlas air.

Chun dáileadh, ag úsáid dhá spúnóg boird, déan an puree prátaí a mhúnlú go quenelles agus socraigh dhá cheann i ngach mias dáilte le bile leathan atá téite roimhré. Cuir an cumasc de bhagún agus glasraí timpeall le spúnóg. Gearr na hispíní ar fiarthrasna agus socraigh iad ar an mbar. Déan na duilleoga tíme a scaipeadh mar ghairnis.



Glóthach Bhiabhóige le Compóid Bhiabhóige

Ní hamháin go bhféachann na glóthacha álainne tréshoileacha seo ar fheabhas ach tá siad fionnuartha chomh maith. Déanann siad do thart a chosc ar laethanta teo an tsamhraidh agus tugann an Seaimpéin beocht iontach fhuinniúil dóibh.

Go leor do Cheathrar

250g/ 9 n-unsá biabhóige, bearrtha agus mionghearrtha

225g/ 8 n-unsá sú talún, scafa agus geartha i ndó leath má tá siad mór
1/2 buidéal Prosecco (375 ml/13 unsa leachtach)

DON CHOMPÓIT BHIABHÓIGE

225 g/8 n-unsá biabhóige, bearrtha agus geartha i bpíosáí de 2.5cm/1 orlach

100g/ 4 unsa siúcra 1 spúnóg bhoird de Grand Marnier crème fraiche, le dáileadh

250g/ 9 n-unsá siúcra

sú de líomóid amháin
6 duilleog geilitíne

Chun an ghlóthach bhiabhóige a dhéanamh, cuir an bhiabhóg agus na sútha talún isteach i mbabhla míotail leis an siúcra agus an sú líomóide. Clúdaigh go teann le scannán cumhdaithe, ag cinntiú go bhfuil sé aerdhíonach agus cuir os cionn panna d'uisce suanbhruithe ar feadh 20 nóiméad go dtí go bhfuil an siúcra leáite go hiomlán agus go bhfuil an sú ar fad tagtha amach as na torthaí.

Idir an dá linn, cuir an geilitín i mbabhla uisce fuar agus fág ar leataobh é ar feadh 10 nóiméad. Déan é a shileadh agus fáisc tirim go bog é. Cuir isteach i bpanna beag é le beagán den sú atá tagtha as na torthaí agus déan é a théamh go bog go dtí go bhfuil sé leáite. Déan an chuid eile den chumas téite torthaí a shileadh trí chriathar isteach go crúsca mór. Doirf isteach an Prosecco agus ansin suaith isteach an cumasc leáite geilitíne. Doirf isteach i 4 x timbeal 120 ml/4 unsa leachtach agus cuir isteach sa chuisneoir ar feadh 4 uair a chloig ar a laghad nó thar oíche chun go mbeidh sé téachta go maith. Mairfidh sé seo go maith sa chuisneoir ar feadh suas le dhá lá.

Chun an chompóid bhiabhóige a dhéanamh, cuir an bhiabhóg isteach i bpanna leis an siúcra agus Grand Marnier. Bain an fiuchadh as, ansin laghdaigh an teas agus déan é a shuanbhruith ar feadh 10 nóiméad nó mar sin go dtí go bhfuil an bhiabhóg go hiomlán bog ach fós ag coinneáil a crutha. Bain den teas í agus fág le fuarú go hiomlán. Aistrigh go coimeádán plaisteach le clár agus coinneigh sa chuisneoir ar feadh suas le dhá lá.

Le dáileadh, cuir an chompóid bhiabhóige isteach i mbabhlaí dailte le bíl leathana le spúnóg agus lig dóibh teacht ar ais go teocht an tseomra. Tum na glóthacha go hachomair in uisce te agus ansin ionpaigh iad ar an gcompóid. Cuir daba de crème fraiche le gach ceann.



at home
with Bord Gáis Energy Supply