

農家×学生

恋する野菜



農家さんが愛情込めて育てた野菜×尚綱大学栄養科学科の学生考案レシピを紹介します。

秋の味覚！ さつまいものチーズケーキ

【材料】(マフィン型8個分)

〈1個分208kcal 塩分0.3g〉

(生地)	
さつまいも	200g
クリームチーズ	200g
砂糖	20g
卵	2個
薄力粉	30g
牛乳	100cc
レモン汁	30cc
黒ごま	5g
(トッピング)	
さつまいも	150g
砂糖	10g

【作り方】

- 生地用のさつまいもは皮をむき、角切りにして鍋で煮る。
- トッピング用のさつまいもは皮をむかず角切りにし、鍋にひたひたになる程度の水を入れ、沸騰したら砂糖を加えて煮る。
- オーブンを180℃に加熱しておく。
- 生地用のさつまいもをボウルに入れてつぶす。さらにクリームチーズを入れて練り、滑らかになったら砂糖を加える。
- 卵を溶き、2回に分けて④に加え、ふるった薄力粉、牛乳、レモン汁、黒ごまの順に加えて混ぜる。
- カップに生地を注ぎ、上に②を載せて温めておいたオーブンで30分焼く。

旬のさつまいもをたっぷり使ったデザートです。さつまいもに含まれるビタミンCは、加熱しても壊れにくいといわれています。



岩下農園 ^{いわした} 岩下 ^{くみお} 久美夫さん、^{つちよ} 土代さん(戸次)

主ににんじん、さつまいも、葉たばこを出荷しています。さつまいもの品種は紅はるかど金時で、完熟たい肥を使った栽培がこだわりです。今年は気温も高かったこともあって、7月頃から収穫しています。これからもおいしい野菜を届けられるよう努めていきます。ぜひ地域の野菜をたくさん食べてください。



^{うらした} 浦下 ^{よしみ} 佳弓さん
尚綱大学
生活科学部4年

表紙の写真



スナッグゴルフ大会の風景。スナッグゴルフとは、ゴルフの基礎的な要素とわかりやすいルールから初心者も気軽に楽しめるスポーツです。参加者は、暑い中真剣に中心のスナッグフラッグを狙っていました。(関連P16)

編集後記

秋といえば読書、スポーツ、食べ物と楽しみが多いですね。私は秋の食べ物が楽しみです。今月号では、「秋の味覚！さつまいものチーズケーキ」を掲載しています。皆さんもぜひ作って秋の味覚を楽しんでください。また、今月はさまざまなお知らせがありました。ご協力いただいた皆さんありがとうございました。残念ながら紙面の都合上掲載できていないものも多々ありますが、来年再チャレンジします。今後とも、取材に伺った際にはよろしくお願いいたします。(新屋)

今月の主な話題

- 2 令和2年度保育所入所申し込みを受け付けます
- 4 インフルエンザ予防接種の助成を実施します
- 6 町営住宅入居者を募集します
- 7 高齢者の運転免許証の自主返納を支援します
- 7 プレミアム付商品券の販売が始まります

ぼくの誕生日 10月
光の森キャロット保育園



おおつか はる
大塚 晴瑠さん
(光7町内)
平成26年10月16日生まれ

踊ったり、歌ったりすることが大好きな晴瑠ちゃん。いつも体を動かして元気いっぱい楽しんでます。



おおくぼ みづき
大久保 美月さん
(光7町内)
平成26年10月31日生まれ

お友だちにとっても優しい美月ちゃん。おまごとや外遊びが大好きでいつもニコニコで遊んでいます。

人 **のうごき**
令和元年8月末現在
()内は前月比

人口	42,113 (+9)
男	20,678 (+23)
女	21,435 (-14)
世帯数	17,551 (-1)

●出生/41 ●死亡/20
●転入/188 ●転出/200