

農家×学生

恋する野菜



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

香る！新じゃが de 春のガーリックホットサラダ

【材料】(2人分)

(1人分400kcal 塩分1.2g)

| | |
|-----------|--------|
| じゃがいも | 中2個 |
| にんじん | 1/2本 |
| ベーコン | 2枚 |
| たまねぎ | 1/4個 |
| ニンニク | 1片 |
| 卵 | M玉2個 |
| コンソメ | 小さじ1/2 |
| バター | 大さじ1 |
| マヨネーズ | 大さじ1 |
| 塩・こしょう | 少々 |
| レタス、ミニトマト | (お好みで) |
| ブラックペッパー | 少々 |
| 乾燥パセリ | 少々 |

【作り方】

- 1 じゃがいもとにんじんを一口大、ベーコンは3cmくらいの長さに切る。たまねぎは薄切り、ニンニクはみじん切りにする。
- 2 卵は7～8分ゆでて半熟にし、好みの大きさに切る。
- 3 じゃがいも・にんじんをゆで、水気を切る。
- 4 ③が熱いうちに、コンソメを混ぜる。
- 5 フライパンにバター、マヨネーズ、ニンニク、ベーコンを入れて炒め、ベーコンがカリカリになってきたら、①で薄切りにしたたまねぎを加え、さらに炒め、たまねぎが柔らかくなったら火を止める。
- 6 ④のじゃがいも・にんじんに、⑤と少しづつした②を加え、塩・こしょうで味を整える。(ゆで卵は飾り用を半分取っておく。)
- 7 お好みでレタスやミニトマトとともに盛りつけ、ゆで卵を飾り、最後にブラックペッパー、乾燥パセリを散らす。



旬の新じゃがを使った、春にぴったりのホットサラダです。じゃがいもには、加熱しても壊れにくいビタミンCがたくさん含まれています。



吉村園芸場 吉村 重美さん(下津久礼)

じゃがいもは、世界の主要食糧の一つであり、栄養豊富で、短期間で育つため、世界の食糧難にも対応してきた作物です。吉村園芸場では、糖度も高いメイクインを栽培しています。素材の味を生かした料理をぜひ作ってみてください。



杉山 日那乃さん
尚絅大学
生活科学部4年

表紙の写真



初めての小学校に緊張する新入生。新型コロナウイルス対策のため参加者はマスクを着用し、例年とは違う入学式でしたが、新入生は在校生の一部や先生たちから歓迎され、笑顔が溢れる晴れやかな式となりました。(関連P17)

編集後記

感染症の影響でイベントは中止や延期。取材で皆さんにお会いできる機会が減ってしまい残念です。少しでも明るい話題を皆さんにお届けできるようこの1年も頑張ります。今月号のP2-4には新型コロナ対策と各種支援の記事を掲載しています。掲載が間に合っていない内容もありますので、町ホームページもぜひご覧ください。さて、今月はボランティアを行う皆さんに取材をしました。自分の生きがいや誰かのためになるかもしれません。興味のある人は新型コロナが落ち着いたら見学してみませんか。(新屋)

配布に関する問い合わせ

広報まきくようコールセンター
☎0120(935)667
(午前9時～午後6時 土/日/祝は除く)

ぼくのわたしの誕生日

5月

白鈴保育園



まつにし
松西 のぞみさん
(北新山)
平成26年5月1日生まれ

お友達みんなに優しく、お手伝いを進んでしてくれます。何事も根気強く頑張るかわいい笑顔の女の子です。



さかの
坂野 朝悠さん
(向陽台)
平成26年5月24日生まれ

お友達とままごと遊びでお話を楽しんだり、園庭では、赤い大きな三輪車をぶんぶん乗り回したりしています。

広報まきくよう5月号に掲載している行事や催しは新型コロナウイルスの影響で延期や中止の場合があります。参加の際は、各問い合わせ先にご確認ください。

今月の主な話題

- 2 みんなで取り組もう 新型コロナウイルス感染症対策
- 5 蒲島郁夫氏が再選(4選)しました
- 6 特集 あなたも始めてみませんか 誰かのためだけじゃないボランティア
- 8 日本脳炎の予防接種はお済みですか
- 10 菊陽町職員の人事異動