



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。

ひんやりクリーミー！なすの冷製ポタージュ

【材料】(4人分)

なす	1本(180g)
たまねぎ	1/2個(80g)
じゃがいも	小1個(50g)
バター	1かけら(5g)
コンソメ	小さじ1
水	350cc
牛乳	50cc
生クリーム	50cc
塩	少々
生クリーム(飾り)	適量
黒こしょう	少々
小ネギ	適量

【作り方】

- ① なす、たまねぎ、じゃがいもは皮をむき、火が通りやすい大きさに切る。
 - ② 熱した鍋でバターを溶かし、①の野菜を加えて軽く炒める。
 - ③ ②にコンソメと水を加え、柔らかくなるまで15分程煮る。
 - ④ 粗熱を取り、ミキサーに入れて滑らかなペースト状にする。
 - ⑤ ④を鍋に戻し、牛乳と生クリームを加えて火にかける。塩で味を整え、煮立つ前に火を止める。
 - ⑥ 粗熱を取って、冷蔵庫で冷やす。
 - ⑦ 器に注ぎ、生クリームを回しかけ、黒こしょうと小ネギを散らす。
- *ミキサーがない場合は、ざるで裏ごしすることでもペースト状にできます。



なすが苦手な子どもたちや高齢者にもおすすめの1品です。温かいままでもおいしいので、お好みに合わせて、また季節に合わせてお召し上がりください。



なつとう ひまのり
にんじん、施設野菜農家 内藤 文紀さん(花立)

にんじんの他、なす、きゅうり、ピーマンなどを作っています。なすは、熊本特産の長ナス「筑陽」です。「なすのからしあえ」など、おいしい食べ方がたくさんある中、「なすの冷製ポタージュ」は、暑い時期にはぴったりです。

さかもと まりえ
坂本 麻里栄さん
尚絅大学
生活科学部4年



表紙の写真



得意の竹馬を園庭の端から端まで披露してくれたなかよし園の高石心瑚さん(新町西)と一門靖恭さん(光団地)。撮影は日差しの強い日でしたが子どもたちは元気にのびのびと過ごしていました。

編集後記

かき氷が食べたい季節になりましたね。高温多湿といった環境下でのマスク着用は、熱中症のリスクが高まるそうです。屋外で十分に距離(2m以上)を取れる場合はマスクを外しましょう。感染予防と熱中症予防どちらにも皆さんお気を付けてください。(関連P7)さて、近頃は新型コロナウイルスの影響で、イベントなどが減っていましたが、久しぶりに子ども体操教室で取材ができました。子どもたちは、満面の笑みで運動を楽しんでいました(関連P15)。(新屋)

ぼくの誕生日 わたしの誕生日 7月

なかよし園



おおつか あいむ
大塚 歩夢さん
(中代)
平成26年7月1日生まれ

友達と一緒にいろいろなことに興味を持ってチャレンジしています。竹馬にも乗れるようになりました。



うえだ あおい
上田 彩葵さん
(下原)
平成27年7月21日生まれ

毎日、友達と一緒に連続逆上がり挑戦し、できるようになりました。妹思いの優しいお姉さんです。

広報まきくよう7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。

町の新型コロナウイルス感染症に関する最新情報はこちら→



今月の主な話題

- 2 新型コロナウイルス感染症に関する支援策
- 5 新しい保険証を送ります
- 8 7月1日からレジ袋が有料化されます
- 10 ゴーヤカーテンコンテストを行います
- 16-17 職員採用試験