

広報 きくよう 11

Nov 2021
vol. 606
人・緑・未来『さん』と輝く
生活都市 きくよう

広報 きくよう
Nov 2021 vol. 606
11



農家×学生

恋する野菜 ⑬

農家さんが愛情込めて育てた野菜×尚絅大学生生活科学部の学生考案レシピを紹介します。

まろやか！ 鶏肉と白菜のミルク煮

【材料】(2人分)

(1人分255kcal 塩分1.0g)

鶏もも肉	100g
塩・こしょう	少々
小麦粉	5g
白菜	150g
玉ねぎ	50g
にんじん	40g
パセリ	2g
バター	10g
コンソメ	3g
水	150cc
牛乳	160cc

【作り方】

- ① 鶏もも肉は一口大に切り、塩・こしょうをふって小麦粉を薄くまぶす。
- ② 玉ねぎを薄切りにし、白菜は芯の部分は小さめに切り、葉の部分は食べやすい大きさに切る。にんじんはいちょう切りにする。
- ③ パセリはみじん切りにしておく。
- ④ 鍋にバターを入れて弱火で熱し、①を入れて火が通るまで中火で両面焼き、②(玉ねぎ、白菜の芯、にんじん)を加えさらに炒める。
- ⑤ 水とコンソメを加えて煮立ったら弱火にし、ふたを閉めて8分程度煮る。②(白菜の葉)、牛乳を入れ軽く煮立ったら、塩・こしょうで味を整える。
- ⑥ 器につぎわけ、最後に③を散らしてできあがり。

淡泊な味なので何にでも合います。牛乳をたっぷり入れたミルク煮は、野菜が苦手な子どももおいしく食べられます。



にんじん・米・里芋・白菜農家 内村 義嗣さん(中代)

私は常々「農業は楽しい」と思っています。特に、毎朝の生育状況を見守る時間が一番の楽しみで、日々農作業に従事したおかげでこの年まで元気です。これから旬を迎える白菜を食べて皆さんも健康に過ごしましょう。



かきうち れいな
垣内 玲奈さん
尚絅大学
生活科学部4年

表紙の写真



菊陽中部小学校の児童が植えた稲が黄金色に色づき、収穫を迎えました。児童たちは「想像していたより力を入れないと刈るのが難しい」と言いながら鎌で稲を刈っていました。収穫されたお米は、精米後各家庭に配られます。

編集後記

今月の特集は「馬場楠井手の鼻ぐり」。皆さんはこの存在をご存じでしたか。私は、役場に入庁するまで知りませんでした。今回、取材のためにガイドの矢野さんや松永さんに話を聞くと、今回の特集に入りきれないほどの話を聞くことができました。もし、記事を読んで興味を持った人がいたらぜひガイドを受けてみてください。さて、少し前から健康のために、ジムに通い始めた私ですが、もう少しで続いています。今月号が皆さんのお手元に届く頃には、健康診断を終えている頃です。少しは数値が改善しているといいな。(新屋)

配布についての問い合わせ

広報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)



令和3年9月末現在
()内は前月比

人口	43,177 (+41)	●出生／43
男	21,186 (+33)	●死亡／22
女	21,991 (+8)	●転入／183
世帯数	18,432 (+21)	●転出／163

今月の主な話題

- 2 馬場楠井手の鼻ぐり
- 6 令和2年度決算
- 13 11月1日(月) Open こども総合相談室
- 20 ぐんまのさんチケット 購入引換券を追加配布します
- 22 祝 百歳以上長寿者 23人

広報きくよう11月号に掲載している行事や催しは新型コロナウイルス感染症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➡

