

広報 きくよう

May 2023
5
vol.624



今月の主な話題

- 2-3 就任・退任のごあいさつ
- 4-7 菊池地域合同特集 一寸先は、詐欺。
- 8 第1回多文化共生連絡会議を開催しました
- 9 火の国サラマンダーズと連携協定を締結
- 10 固定資産税と軽自動車税、自動車税種別割の納税通知書を送付します



菊陽町は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。

新型コロナウイルス感染症などの影響により、催しなど掲載内容が変更となる場合があります。最新情報はホームページをご確認ください。



連携協定を締結した火の国サラマンダーズの山口翔投手(熊本県出身) (関連9ページ)

広報
きくよう
May 2023
5
vol.624

広報きくようが届かなければ、☎0120(935)667 (午前9時～午後6時(土日祝は除く))へお電話ください。

紙面の市外局番(096)は省略しています
QRコードは機読用マークです



農家×学生

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



甘引き立つ! 新玉ねぎの彩りあんかけ

【材料】(2人分)
〈1人分 161kcal 塩分0.7g〉

- 新玉ねぎ …… 120g
- 豚ひき肉 …… 60g
- にんじん …… 10g
- アスパラガス …… 10g
- とうもろこし …… 10g
- しょうが …… 5g
- サラダ油 …… 6g
- 片栗粉 …… 2g
- 水 …… 4g
- 調味料
- 本みりん …… 10g
- 濃口しょうゆ …… 8g
- 料理酒 …… 2g
- かつお昆布だし …… 60g

作り方

- 1 新玉ねぎは皮をむき、厚さ1センチの輪切りにする。
- 2 アスパラガスは小口切り、にんじんは小さめのさいの目切り、しょうがはすりおろす。
- 3 とうもろこしはゆでて芯から外す。(コーン缶でもよい。)
- 4 フライパンにサラダ油の半量を入れ、①を中火で両面焼き色がつくまで焼く。
- 5 フライパンから④を取り出し、残りのサラダ油を入れ、豚ひき肉、②と③を加え、火が通るまで炒める。
- 6 片栗粉に水を入れて混ぜ合わせ、水溶き片栗粉を作る。
- 7 ⑤に調味料を加え、ひと煮立ちさせ、⑥を加えとろみをつける。
- 8 お皿に⑤の新玉ねぎをのせ、⑦をかけたら完成。



学生



尚綱大学 生活科学部3年
きよた あやね
清田 綾音さん

玉ねぎには、血液をサラサラにしたり、コレステロール値を下げたりする働きがあるといわれています。アスパラガスの他に、インゲンや小ねぎなど好きな食材を入れて作るのもお勧めです。ぜひ、作ってみてください!

玉ねぎを30年間有機栽培しています。この時期の玉ねぎは食感が柔らかく、辛味も少ないのでサラダなど生食でもおいしく食べられます。さらに、ビタミンも豊富で健康にもよいので、ぜひ食べてみてください。



「恋する野菜」コーナーに関するアンケートにご協力をお願いします。
←QRコードを読み込み、ご回答をお願いします。(尚綱大学生生活科学部)



玉ねぎ、にんにく、じゃがいも農家
よしむら しげみ
吉村 重美さん(下津久礼)

農家



過去のコンテンツはこちら

編集後記

今年度から広報を担当することになりました。初めての一眼レフカメラや編集作業に戸惑いながらも、周囲の人たちに支えてもらい、無事に5月号を発行することができました。これから菊陽町のことを伝えていく仕事ができることにとてもやりがいを感じています。まだまだ力不足ですが、先輩たちが受け継いできた「広報きくよう」をこれからもわかりやすく、皆さんに楽しんでいただけるよう精いっぱい頑張ります。取材で伺ったときには、どうぞご協力のほどよろしくお願いいたします。(井手上)

