

広報 きくよう

Oct 2023
10
vol.629



今月の主な話題

- 2-5 令和5年10月 菊陽町総合体育館オープン
- 6-7 きくよう防災フェスタ2023
- 8 省エネ家電の購入を支援します!
- 10 インフルエンザ予防接種が始まります
- 14 令和6年度保育所等入所申し込みを受け付けます



菊陽町は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。

スナッグゴルフを楽しんだ菊陽南小学校と菊陽西小学校の児童

広報 きくよう
Oct 2023
10
vol.629

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コードは携帯アプリの登録が必要です
PDF 250

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。



もちもち食感! さつまいも餅

【材料】(10個分)
(2個分 120kcal 塩分0.2g)

- さつまいも …… 1本(170~200g)
- 片栗粉 …… 大さじ2
- A 砂糖 …… 大さじ1
- 牛乳 …… 大さじ1
- 有塩バター …… 15g
- しょうゆ …… 小さじ1
- B みりん …… 大さじ2
- 砂糖 …… 大さじ1

作り方

- 1 さつまいもの皮をむく。
- 2 ①を輪切りにし、5分ほど水にさらしてあくを抜き、水気を切る。
- 3 ②を耐熱容器に移してラップをし、600Wのレンジで7分間加熱する。
- 4 ③をフォークなどでなめらかにするまで潰す。
- 5 ④にAを加えてよく混ぜ合わせ、まとまってきたらスプーンなどですくい、手で好みの形に成形する。
- 6 フライパンに有塩バターを入れて点火し、フライパンが温まったら⑤をのせて中火で加熱する。片面に焼き色が付いたら裏返し、両面に焼き色を付ける。
- 7 ⑥をフライパンから取り出す。
- 8 ⑦のフライパンにBを入れ、とろみが付くまで中火で加熱する。
- 9 ⑧を皿に盛り付け、仕上げに⑧をかけ完成。



学生



尚綱大学 生活科学部4年
たかき みいか
高木 美以香さん(左)
おおた ゆい
太田 夕郁さん(右)

さつまいもには、糖質、ビタミンC、食物繊維など多くの栄養素が含まれています。作り方はとても簡単です。いろいろな形のさつまいも餅を作って楽しんでください!

土作りにこだわり、毎年工夫してより良い品質のさつまいもを作っています。今年は初めての品種(あまはづき)にも挑戦。鮮やかな黄色で、甘くおいしくできました。おすすめの食べ方は、焼き芋や芋天です。ぜひ、食べてみてください。

↓岩下農園ホームページ



さつまいも・にんじん農家
いわした なおと
岩下 直人さん(戸次)

農家



「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)

編集後記

今月号の表紙は、9月9日に熊本空港カントリークラブで開催されたスナッグゴルフ大会の様子です。スナッグゴルフとは、大人から子どもまで楽しくゴルフの基礎を身に付けることができる新しいスポーツです。町からは、菊陽南小学校と菊陽西小学校の児童が参加。皆さん暑い中真剣にプレイする姿が印象的でした。10月には総合体育館もオープンし、まさに「スポーツの秋」を感じます。年末にかけてスポーツ関連のイベントもたくさん開催されます。一緒にスポーツの秋を楽しみましょう(関連2~5ページ)。(井手上)



過去のコンテンツはこちら

