



今月の主な話題

- 2-7 菊陽町×屋久島町 姉妹都市盟約締結30周年記念 杉がつなく未来
- 8 令和7年消防出初式
- 9 菊陽町物産フェアを開催します!
- 14 半導体・地下水セミナーを開催します



広報きくようが届かなければ、☎0120(935)667(午前9時~午後6時(日祝祭は除く))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QRコードリーダーの登録商標です
SDG 2030

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。



やみつき! ネギの豚肉巻き

【材料】(4人分)
〈1人分 188kcal 塩分0.4g〉

- 豚バラ肉(薄切り).....150g
- 長ネギ.....2本
- 塩・こしょう.....少々
- サラダ油.....小さじ2分の1
- 酒.....大さじ2
- めんつゆ.....大さじ3
- レモン汁.....大さじ2
- 酢.....大さじ1
- 酒.....大さじ1

作り方

- 1 長ネギを4等分の長さに切る。
- 2 豚バラ肉を半分の長さに切ったら、塩・こしょうを振って、①を巻く。
- 3 中火で熱したフライパンにサラダ油を引き、②を巻き終わりを下にして焼く。
- 4 全体に焼き色が付いたら酒を入れてふたをし、弱火で3分ほど蒸し焼きにする。
- 5 肉に通火が通るまで、①を巻いたら、肉に火が通り長ネギがやわらかくなったら、Aを入れて中火で炒め合わせ、全体に味がなじんだら完成。



学生



尚綱大学 生活科学部4年
ひらの あゆみ
平野 歩さん

ネギには、血液をサラサラにしたり、風邪を予防したりする効果があります。ネギは脇役だと思われがちですが、主役としてもおいしく食べることができます。私はネギが大好きです!

ネギに限らないことですが、近年は夏の猛暑や雨不足で管理が大変です。ネギを育てる上では土づくりにこだわり、土寄せや病気対策を小まめに行っています。私が育てたネギは、町内の小学校の給食に使われています!



ネギ農家
そうま かずゆき
相馬 和幸さん(入道水)

農家



過去のレシピはこちら

編集後記

屋久島町との姉妹都市盟約締結30周年を迎え、特集記事を掲載しました。これは、屋久島町の広報担当の方と共同で作成したもので、屋久島町の広報紙にも同じ記事が掲載されています。この記事を作成したり記念式典取材したりする中で、屋久島町の魅力はもろろん、菊陽町の魅力も再確認することができました。紙面から両町の魅力を感じていただけるとうれしいです。私もいつか、プライベートで足を運び、雄大な自然やおいしいグルメ、屋久島町の人のあたたかさを肌で感じたいです。(関連2~7ページ)。(井手上)

