



わが家の オススメ 料理

ハスカップのり巻き

【寿】 おおき ふさこ さん
大木 芙瑳子 さん

【つくり方】

- ①ハスカップ液の材料を弱火で3分ほど煮る。煮汁(ハスカップ液)と煮詰めたハスカップを分けておく。
- ②寿司飯の材料を、すべて炊飯器に入れて炊く。
- ③干しいたけとかんぴょうは水でもどした後、砂糖としょうゆを入れて煮詰め、しいたけは薄切りに、かんぴょうはのりの幅に合わせて切る。
- ④卵と塩、砂糖を混ぜ合わせて卵焼きをつくり、2cmの幅で縦に切る。キュウリは縦に4等分する。
- ⑤炊きあがった寿司飯は、寿司桶などに入れて冷ます。
- ⑥のりに寿司飯、具材をのせてしっかりと巻く。
- ⑦食べやすい大きさに切ってできあがり。

【材料 (4本分)】

【ハスカップ液】ハスカップ (冷凍でも可・150g)、砂糖 (500g)、水 (200cc)
※ハスカップ液は冷蔵保存できます。
【寿司飯】米 (3合)、酢 (大さじ3)、ハスカップ液 (大さじ3)、煮詰めたハスカップ (大さじ半分)、砂糖 (少々)
【のり巻きの具材】干しいたけ (5枚)、かんぴょう (20g)、卵 (2個)、キュウリ (1本)、のり (4枚)、紅しょうが・砂糖・しょうゆ・塩・水 (各適量)



「寿司飯は固めに炊きましょう。好きな具材を巻いて、楽しく食べてください!」

紹介します! 味の つた

駒里小

【写真後列の左から】

じんぼ けんしょう
神保 研匠 先生
いしかわ ゆかこ
石川 裕佳子 先生
のはら ひろのり
野原 大紀 校長先生
こばやし かずあき
小林 和明 事務職員さん
よしだ あつひろ
吉田 篤弘 教頭先生



【写真中列の左から】

てらい
寺井 あづさ 先生
うえむら ますよ
上村 益代 先生

人のうごき

《総人口》

93,820人 (+56)

男性 47,872人 (+35)

女性 45,948人 (+21)

《世帯》44,467世帯 (+54)

《外国人登録者》358人 (-9)

()内は、前月との比較です。

12・1

現在

広報ちとせからのお願い

まちづくりで活躍されている方、魅力的な方をご紹介します。「人のいる風景」のコーナーでは、地域で頑張っている方、いきいきと活動されている市民の皆さんを紹介しています。

広報広聴課広報係
☎(24)0104

駒里小学校の先生は、中学校の先生も入ると4人います。私たちの先生は、おもしろい先生や楽しい先生、やさしい先生で一人一人の事を見てくれます。

全校児童は8人です。体育の時、音楽の時、給食の時は、みんなで楽しく合同で行なっています。



作文を書いた

くまがい
熊谷 愛里佐
さん
むらた はるか
村田 遙
さん
(5年)

私の学校の先生は、こんな皆さんです!