

今月の

クッキングレシピー



甘酒プリン

<一人分の栄養量>
 熱量 49kcal たんぱく質 2.1g 塩分 0.1g



材料 (4人分・正味量)

甘酒 …………… 125g
 牛乳 …………… 100ml
 粉ゼラチン …………… 3.5g
 水 …………… 大さじ1・1/2
 砂糖 …………… 大さじ1/2

作り方

- ① 水に粉ゼラチンをふり入れて戻す。
- ② 牛乳は温め、火を止めて砂糖、ゼラチンを加え溶かす。甘酒を加え、冷水につけながらとろみがつくまで冷やし、器に入れて冷やす。

調理のワンポイントアドバイス

甘酒は昔から夏バテ予防として親しまれてきました。飲む点滴と言われ、最近では手軽にお店でも買えます。冷やして飲むのもおいしいですが、ゼラチンで固めたデザートにしました。暑い日にも、のど越しよく食べられます。

問 保健センター ☎53-3298

今月の題字



いわした こたろう
岩下 小太郎さん
 (関町)

楽しく書けました。
 ありがとうございます。

募集

「なんかん」の文字を和半紙に書き、書いた人の写真とコメントを添えて、役場総務課広報担当までお持ちください。皆さんの力作をお待ちしています。

す ま い る キ ッ ズ



うえだ はると
上田 陽斗くん 4歳

誕生日:平成28年7月31日
 住まい:相谷

太陽のように輝くstarになってね パパ・ママより



はぎお ゆの
萩尾 悠乃ちゃん 6歳

誕生日:平成26年7月25日
 住まい:上坂下

これからも元気いっぱい悠乃でいてね。お父さん・お母さんより

募集 町内にお住まいの小学校就学前の子どもさんの写真を募集しています。写真にコメントを添えて役場総務課広報担当までお持ちください。皆さんの「笑顔」をお待ちしています。

なんでんかんでん



▲写真左から猿渡さん、佐藤町長、原さん

町の肉牛部会が堆肥を寄贈

町の畜産農家で構成している肉牛部会会長の猿渡眞一さん(上長田)と会員の原吉勝さん(関東)は7月1日、町長を訪問し堆肥50袋を寄贈しました。

猿渡さんは「町には良い堆肥があるので、小学校など町内の農業体験に使ってほしい」と話し、佐藤町長は「この堆肥を使って野菜や花を育てて、作物をつくる楽しみを知って欲しい」とお礼を述べました。

彩時季