

今月の

クッキングレシピ



牛乳寒天の黒蜜かけ

〈一人分の栄養量〉
 熱量 44kcal たんぱく質 1.8g 食塩相当量 0.0g



材料 (4人分・正味量)

牛乳.....150cc
 粉寒天.....2g
 水.....100cc
 砂糖.....小さじ1/2
 黒砂糖.....大さじ2
 きな粉.....大さじ2

作り方

- ① 鍋に水と粉寒天を入れ、煮溶かす。
- ② 寒天が溶けたら、砂糖を加え煮たて、常温に戻した牛乳を加えて混ぜ合わせる。
- ③ ②を型に流し、固める。
- ④ 黒砂糖は少量の水を加え、煮溶かし、冷ます。
- ⑤ 牛乳寒天を皿にのせ、④ときな粉を上にかける。

調理の ワンポイントアドバイス

寒天がダメにならないように、よく煮溶かします。ゼリーと違って、常温で固まります。黒蜜ときなこをジャムにかえたり、牛乳寒天に果物を入れて固めたり、お好みで作ってみませんか。

問 保健センター ☎53-3298

今月の題字



にしやま たえこ
西山 妙子さん
 (関下)

新型コロナウイルス感染防止のため、うがい手洗いや健康体操など、健康管理に心がけてます。

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



たにがわ とうり
谷川 統光くん 3歳 ㊦
 誕生日:平成29年10月10日
 住まい:関町

たにがわ たいよう
谷川 泰叶くん 3歳 ㊦
 誕生日:平成29年10月30日
 住まい:関町

元気に育ってね。
 統光くんのママより
 強く育ってね。
 泰叶くんのママより

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

葛入り南関素麺が全国推奨観光土産品に



南関素麺坂口製麺所の坂口大和さん(関村)が作った「葛入り南関素麺」が、日本商工会議所と全国観光土産連盟が開催する全国推奨観光土産審査会で、「全国推奨観光土産品」に認定されました。

この商品が油の代わりに葛を使うことで、のどごしがいいことや、麺がのびにくいことなどが評価されました。

坂口さんは「推奨品に認められて嬉しい。これからもおいしいものを届けられるよう技術を引き継いでいきたい」と話しました。

彩時季