給食で大人気！

旬のレシピ

recipe

すき焼き風煮

レシピはこちらからもご覧いただけます ▶

寒い冬にぴったりの一品です。

POINT!

野菜をよく煮て味をしみこませると良いです。肉も鶏肉などに変えてもおいしいです。
このレシピの生い立ち
寒い冬に具だくさんのおかずを出したいと思い、考えました。

材料（4人分）

- 豚肩ロース平切り……160ｇ
- 糸こんにゃく……100ｇ
- 焼き豆腐……1/2丁
- にんじん……中1/2本
- ねぎ……1/2本
- たまねぎ……中1/2個
- はくさい……1/8玉
- えのきたけ……1/2株
- 酒……大さじ1
- 水……大さじ1
- 濃口しょうゆ…大さじ2
- みりん……大さじ1
- 三温糖……大さじ1
- サラダ油……小さじ1

作り方

1. 豚肩ロースの平切りは、４～５cm幅に切る。
2. 糸こんにゃくは、食べやすい長さに切って下茹でし、焼き豆腐は、２cm程度の角切りにする。
3. にんじんは、厚めのいちょう、ねぎはななめ、たまねぎはくし形に切る。
4. はくさいは２～３cm幅に切り、えのきたけは、石づきをとり食べやすい量にほぐしておく。
5. 鍋をあたためて油をひき、豚肉を炒める。
6. 肉に火が通ったら、にんじん、たまねぎ、はくさいの芯を入れて炒め、酒、水を加えて少し煮る。
7. 野菜がしんなりしてきたら、ねぎ、えのきたけ、はくさいの葉、糸こんにゃく、焼き豆腐を加える。
8. 三温糖、みりんを加えて煮る。なじんできたらしょうゆを加え煮て味をととのえる。

図書館だより

◎問い合わせ
町立図書館（町民会館内）
☎0561・38・2900

図書館行事

《おはなし会》
▼とき　1月7日、21日、28日（土）午後2時30分～3時
▼ところ　図書館内おはなしコーナー
▼内容　絵本などの読み聞かせ

《お楽しみ会》
▼とき　1月14日（土）午後2時30分～3時30分
▼ところ　町民会館3階視聴覚室
▼内容　読み聞かせ・映写会等

《新春☆お楽しみくじ》
▼とき　1月5日（木）
▼ところ　図書館カウンター

《初読み☆本の福袋》
▼とき　1月5日（木）～1月11日（水）
▼ところ　図書館カウンター
▼内容　司書が選んだ本を福袋として準備し、貸出します。どんな本が入っているかは借りてからのお楽しみ。なくなり次第終了とさせていただきます。

1月の休館日

毎週火曜日と1日（日）～4日（水）、23日（月）
※新型コロナウイルス感染症の状況によって、変更する場合があります。

今月のPICKUP

《一般向け》

『西洋の名建築がわかる七つの鑑賞術』
中島智章著
エクスナレッジ

『仕事は職場が9割』
沢渡あまね著
扶桑社

『絶筆』
石原慎太郎著
文藝春秋

《児童書・絵本》

『ノラネコぐんだん うみのたび』
工藤ノリコ著
白泉社

『クイズ研究会 チームスリー』
まはら三桃著
金の星社

『未来の食べもの大研究』
石川伸一監修
PHP研究所