

# もぐもぐ

第 15号

平成27年10月30日 発行  
 発行者 郷土料理等掘り起し交流事業  
 担当 小野公恵

早くも年賀状が発売され、あわただしい気持ちになってしまいますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

前号でお知らせした郷土料理教室を、10月19日に行いました。

11名の方に参加いただきました。参加者の皆さんの、作り方が気になる人気No.1は「きのこぶかし」でした。各家庭で作っている事とは思いますが、蒸かした後の打ち水などの仕方やもち米の蒸かし具合など新たな発見を得た教室になったのではないのでしょうか。

次回は12月13日(日)に

「クリスマス親子料理教室」を行います。  
 詳しくは今月中旬のチラシをご覧ください。



## ～ 畑 情報 ～

5月にさつまいも植えに参加していただいた親子の皆さんに声掛けして、10月18日にさつまいも収穫体験を行いました。



天候にも恵まれイベント日和。畑から立派に育ったさつまいもが顔だと、皆さん親子で夢中になって掘り起しました。

作業がひと段落つくと、土の中にいる生き物観察やスコップで土を掘ったりと畑を満喫していました。

イベントに協力していただいた参加者の皆さま、ありがとうございました。



## ～ おすすめ郷土料理レシピ ～

### 切り干し大根のハリハリ漬

材 料	切り干し大根	100g	A {	酢	大さじ5
	昆布	30g		しょう油	大さじ5
	しょうが	1かけ		砂糖	大さじ1
	赤とうがらし	2本			
	お好みでにんじん				

- 作 り 方
- ① 切り干し大根は、さっと洗って水に漬けて戻す。完全に戻すと水っぽくなり歯触りが悪いので30分程度とする。
  - ② にんじんとショウガは洗って皮をむき3センチ長さの干切り、昆布も同じく切っておく。赤とうがらしは種を取り、細かい輪切りにする。
  - ③ ①と②を混ぜあわせて、容器に入れる。
  - ④ Aを鍋に入れて煮立て、冷ましてから③に加える。