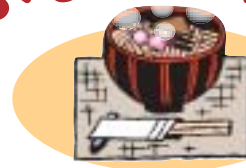


ふるさと旬の味



その189



熊本 京子さん
(堀内・53歳)

中華風千切り大根

◎材料(四人分)

- ▼大根：中一本 ▼ベーコン：百五十ㇿ ▼きくらげ：少々 ▼サラダ油：少々 ▼しょうゆ：大さじ三杯 ▼塩：少々 ▼みりん：大さじ三杯 ▼ゴマ油：大さじ一杯 ▼ゴマ：少々

作り方

- ①大根は千切りにしておく。
- ②ベーコンは適宜に切って皿にとっておく。

- ③きくらげは水で戻し、軽くゆでてから、ざっくり切っておく。
 - ④鍋にサラダ油を入れ、熱したら②を入れ約一分いためる。
 - ⑤④に①を入れ、しんなりするまでいためる。
 - ⑥最後にゴマ油を入れ少しいためたら、ゴマを振りかける。
- ※料理時間は約七分と、手軽にできて大変ヘルシーなポリウムたっぷり中華風千切り大根です。ベーコンの代わりに、厚揚げやちくわ、さつま揚げで

もおいしくいただけます。
忙しい方に最高の一品です。



中華風千切り大根

タコと天然コンブの和え物

◎材料(四人分)

- ▼天然コンブ：五十ㇿ ▼タコ：三百ㇿ ▼スルメ：少々 ▼ニンジン：小一本 ▼ピーマン：三個 ▼赤唐辛子：少々 ▼砂糖：大さじ一杯 ▼塩：少々 ▼しょうゆ：大サジ三杯

作り方

- ▼みりん：大サジ二杯 ▼酒：大さじ二杯



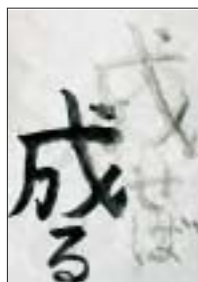
タコと天然コンブの和え物

- ①天然コンブは千切りにし、水で戻しておく。
- ②タコとスルメは適宜に切る。
- ③ニンジンは千切りにして塩でもんでおく。
- ④①を水切りし、③は絞っておく。
- ⑤ボールに④を入れ、千切りしたピーマンを軽く混ぜ合わせる。
- ⑥⑤に砂糖、塩、しょうゆ、みりんと酒、刻んだ赤唐辛子を入れて混ぜ合わせる。
- ⑦器に持って出来上がり。

『書写作品』

3年 道上 綾乃さん

濃い墨の字と、淡い墨の字を重ね合わせるという工夫をしてみました。にじまないように気をつけて書きました。



一版多色木版画『わたしの海』
2年 藤島香緒里さん

この場面は、南の海の中でのかや友達の魚が楽しく遊んでいるところです。工夫したところは楽しそうな場面にするにはどんな色にすればよいか考えたことです。



『デザインの基礎』

1年 新屋 吉将くん

レタリングで自分の名前を書くのはうまくいき、12色相環は、グラデーションの色を作るのが難しかったです。細かいところははみささず塗ることができました。



ぼくとわたしの作品展

普代中
書写
デザインの基礎
木版画