

ふるさと
旬の味
二一六



コンプ粉末入り
みるくプリン

●材料（4個分）

- 生クリーム 100ml
- 牛乳 100ml
- 粉ゼラチン 3g
- 粉末コンプ 小さじ1杯
- 砂糖 20g
- 水 30ml

●作り方

- ①粉ゼラチンを水で20分~30分くらいふやかす。
- ②なべに生クリーム、牛乳、砂糖、粉末コンプを入れて弱火にかけ、焦げないように混ぜながら煮溶かす。①を加えて同様に混ぜながら煮溶かしたら、火からおろす。（沸騰しないように注意する）
- ③相熱がとれたらカップに流し入れて、冷蔵庫で冷やし固める。

●佐々木さんからひとこと

粉末コンプが溶けにくいのでガーゼでこしてから器に盛るといいです。果汁ソース、ジャムなどを添えてみるのもいいかと思います。



萩牛生活研究グループ
佐々木 一代さん
(57歳・上区)

「孫の野球が楽しみだなんす」

太田

しょうぞう
正三さん（太田名部・74歳）



出番
おまかせ
おまかせ
おまかせ

《284》

★…終戦後、開墾（和野山）を起ごしたときは、せつちゅう（大変）だったなんす。そのときはコーナゴもいっばい探れで、開墾も涙もつて大変でしたつたー。そのあとは養殖ワガメ、コンプをやりましたー。今は息子がどーがやっています。★…孫が小学校のときスポーツ少年団（野球）に入ってたため、野田の種市、岩泉まで応援に行ってたなんす。高校に入ってから盛岡にも行きました。★…（孫も）今年高校3年生だが、頑張つてテレビに出んようになつてくれればいいと思つてますんがー。

文芸の世界

川柳愛好会
4月例会作品

絶妙の間合い離れずつかず居る
うれしいな気持ちこもつたお礼状
毎日が日曜はウソ定年後

嵯峨 待女

灯油高我が家の財布悲鳴上げ
ありがとう素直に言つて丸く住む
お小言はほどほどにしてほしいです

三上 翠香

病んで見て素直に言えるありがとう
灯油高受験勉強身に応え
老い一人毎日二合米を研ぐ

深渡 汀女

毎日の三度の食に成る笑顔
ありがとう生きて候花の春
南国にひと冬住みたい灯油高

加差野静浪

ほどほどにすればよかつた追いついて
自分なりの日課に一步踏みしめる
有難うと心に届く花便り