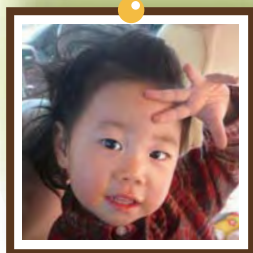


北村 洋輝 ちゃん  
3歳・土沢

# ハイチーズ!



鈴木 愛菜 ちゃん  
2歳・湯西川

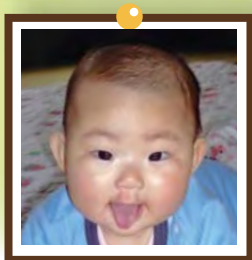


鈴木 愛都 ちゃん  
4歳・湯西川

お子さん(就学前)の写真募集!!  
写真の裏にお子さんの名前(ふりがな)・生年月日・住所・保護者名・電話番号を明記してご応募ください(市内在住に限る)。  
送り先 秘書広報課 広報広聴係



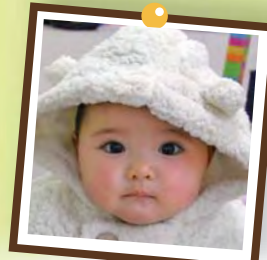
大久保 優愛 ちゃん  
2歳・瀬尾



大久保 優月 ちゃん  
8か月・瀬尾



永岡 透弥 ちゃん  
1歳・森友



鈴木 玲音 ちゃん  
7か月・今市

## 日光の美味しいレシピ 22



### ホウレンソウのクレープミルク仕立て

ビタミンやミネラルが豊富に含まれるホウレンソウ。特に寒い時期に育ったホウレンソウは甘みもたっぷり。子どもの苦手な野菜のひとつですが、少しの工夫で大好きなおやつに変身します。旬の野菜でも応用できるので、ぜひチャレンジしてみたいかがです。

#### ※作り方※

##### クレープ生地

- ①沸騰した湯に塩を入れ、ホウレンソウをゆでて水気を切る。
- ②①と牛乳1.5カップをミキサーにかける。
- ③小麦粉をふるいにかけて、砂糖を加える。卵と残りの牛乳を少しずつ加え、泡立て器で混ぜながら②を加える。
- ④③に溶かしたバターを混ぜ、フライパンに油をひき薄く焼いて、まな板の上で冷ます。

##### カスタードクリーム

- ①小麦粉、砂糖、コーンスターチをふるいにかける。
- ②卵黄、牛乳を弱火にかけて混ぜる。①を加えてダマにならないようにさらに混ぜ、約1分沸騰させてから冷ます。
- ③七分立てにした生クリームを混ぜ、クレープ生地に塗り重ねてできあがり。

#### ※ポイント※

イチゴやブルーベリーのソースを添えると、味が引き立ちます。

#### ※材料/4人分※

クレープ生地 ほうれん草…50g、卵…4個、砂糖…60g、小麦粉…150g、牛乳…2カップ、溶かしバター…50g、塩…少々  
カスタードクリーム 卵黄…3個、砂糖…50g、小麦粉…大さじ1.5、コーンスターチ…大さじ1.5、牛乳…1.5カップ  
そのほか 生クリーム…100g

#### この料理を作ってくれたのは



ポップコーンクラブ(落合地区)

1月の人口と世帯数	男	女	計	世帯数
今市地域	30,817人(-10)	31,829人(-5)	62,646人(-15)	22,648世帯(0)
日光地域	7,502人(-23)	8,155人(-8)	15,657人(-31)	6,387世帯(-8)
藤原地域	4,888人(-6)	5,363人(-14)	10,251人(-20)	4,628世帯(-12)
足尾地域	1,356人(-2)	1,523人(-10)	2,879人(-12)	1,575世帯(-8)
栗山地域	922人(0)	918人(-3)	1,840人(-3)	761世帯(+2)
日光市	45,485人(-41)	47,788人(-40)	93,273人(-81)	35,999世帯(-26)

※住民基本台帳による(1月1日現在) ※( )内は前月比