

ハイチーズ!

平石 実沙希 ちゃん
6歳・久次良町



君島 英斗 ちゃん
1歳・今市



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ください。
※市内在住の方に限ります。
※掲載は1人1回のみで、受付順になります。
※なるべく、ご自宅のプリンタで印刷したものでなく、紙焼きした写真をお送りください。
送り先 秘書広報課 広報広聴係



平石 雪乃 ちゃん
4歳・久次良町



平石 玲 ちゃん
2歳・久次良町



菊池 侑汰 ちゃん
1歳・土沢



小嶋 沙織 ちゃん
1歳・清滝中安戸町

日光の美味しいレシピ 46



いちごジュースのゼリー&ムース

ケーキやパフェなどに欠かせないイチゴは、甘酸っぱい味とビタミンCが豊富な果物として人気です。イチゴ5～6粒で、1日に必要なビタミンCを取ることができます。

今回は、そんなおいしいイチゴで作る「いちごジュース」を使ったスイーツです。

作り方

- ①イチゴと水を鍋に入れて5分ほど煮出し、ふきんでこす。
- ②①に砂糖を加えて加熱し、沸騰したらレモン汁を加え、再び沸騰させていちごジュース500ccを作る。
- ③Aを器に入れ、500Wの電子レンジで30秒加熱して溶かす。
- ④③にいちごジュースを300cc加えて混ぜ、カップに入れて冷蔵庫で冷やす。
- ⑤Bを器に入れ、500Wの電子レンジで40秒加熱して溶かす。
- ⑥⑤に残りのいちごジュース200ccを加えて混ぜる。
- ⑦生クリームを七分立てに泡立て、ボウルを氷水で冷やしながらかき混ぜ、とろとろにする。
- ⑧⑦に⑥を加えて混ぜ、④の上に乗せて冷蔵庫で冷やす。
- ⑨固まる直前にイチゴ、ミントを飾ってできあがり。

提供：JAかみつが日光女性会

材料/小カップ8個分

イチゴ…600g(へたを取り水洗いしたもの)、水…500cc、砂糖…150g、レモン汁…少々、生クリーム…200cc、イチゴ・ミント…適量、A：ゼラチン…5g、水…大さじ3 B：ゼラチン…15g、水…大さじ5

今回のレシピは

170キロカロリー(1人分)
・タンパク質…3.2g
・脂質…7.2g
・塩分…0.0g

この料理を作ってくれたのは



岡部ヒサ子さんと伊藤愛子さん(ともに小倉)

2月の人口と世帯数	男	女	計	世帯数
今市地域	30,580人(-30)	31,486人(-47)	62,066人(-77)	23,066世帯(-12)
日光地域	7,183人(-9)	7,899人(-1)	15,082人(-10)	6,315世帯(-6)
藤原地域	4,732人(-11)	5,200人(-7)	9,932人(-18)	4,602世帯(-12)
足尾地域	1,260人(-3)	1,407人(0)	2,667人(-3)	1,515世帯(0)
栗山地域	838人(-2)	829人(-2)	1,667人(-4)	719世帯(0)
日光市	44,593人(-55)	46,821人(-57)	91,414人(-112)	36,217世帯(-30)

※住民基本台帳による(2月1日現在) ※()内は前月比