

3歳・阿久津 ななみ ちゃん
鬼怒川温泉大原



ハイチーズ!

2歳・武本 侑真 ちゃん
荻沢



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



1歳・阿久津 希 ちゃん
鬼怒川温泉大原



1歳・武本 和也 ちゃん
荻沢



1歳・加藤 壮人 ちゃん
町谷



2歳・茂呂 優花 ちゃん
荻沢

日光のおいしいレシピ 61

提供：とちぎ食育応援団 日光市農村生活研究グループ協議会



牛乳の棗

栃木県は生乳の生産が北海道に次いで全国第2位で、酪農が盛んな県です。牛乳は栄養豊富な食品として給食ではおなじみですが、平安時代には薬として天皇に毎日献上されていました。今回は、そんな牛乳を使ったお菓子を紹介します。今日のおやつにいかがですか。

作り方

- ①耐熱ボウルにAを全部入れ、ときどきかき混ぜながら電子レンジで7~10分加熱する。
- ②ラップを敷いた卵パックに①を分けて入れ、冷ましておく。
- ③ボウルにBを入れて混ぜ、ベーキングパウダーと重曹を加えてさらに混ぜる。
- ④③にふるいにかけて小麦粉、砂糖を加えて、だまがでないように混ぜ、生地を作る。
- ⑤④を打ち粉の上に乗せて、16・17個に分け、生地を②をまんじゅうのように包む。
- ⑥⑤を蒸し器で12~13分程蒸し、冷ましたら出来上がり。

材料/16・17個分

- 小麦粉…250g、打ち粉…100g、砂糖…100g、ベーキングパウダー…5g、重曹…5g
A(カスタードクリーム)コーンスターチ…大さじ4、卵黄…4個、砂糖…100g、牛乳…400cc
B酢…大さじ1/2、溶かしバター…10g、塩…小さじ1/2、牛乳…600cc、卵…1個

今回のレシピは

- 199キロカロリー(1個分)
・タンパク質…4.2g
・脂質…4.5g
・塩分…0.3g

この料理を作ってくれたのは



ポップコーンクラブの皆さん

ポイント

カスタードクリームはあんのように丸められないので、1個分ずつ型に流すと扱いやすいです(今回は卵パックを使用)。

5月の人口と世帯数

	男	女	計	世帯数
今市地域	30,236人(-81)	31,165人(-38)	61,401人(-119)	23,227世帯(-12)
日光地域	6,956人(-1)	7,678人(-13)	14,634人(-14)	6,262世帯(+7)
藤原地域	4,580人(-5)	5,049人(-7)	9,629人(-12)	4,517世帯(+17)
足尾地域	1,196人(-4)	1,334人(-2)	2,530人(-6)	1,473世帯(+2)
栗山地域	763人(-5)	774人(-6)	1,537人(-11)	681世帯(0)
日光市	43,731人(-96)	46,000人(-66)	89,731人(-162)	36,160世帯(+14)

※住民基本台帳による(5月1日現在) ※()内は前月比

日光市メール
配信サービス



携帯電話登録用
QRコード