

茂庭 利生 ちゃん
2歳・平ヶ崎



ハイチーズ!

阿久津 悠人 ちゃん
3歳・塩野室町



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はなく、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



森川 篤人 ちゃん
1歳・今市



吉田 歩貴 ちゃん
1歳・鬼怒川温泉大原



上吉原 煌 ちゃん
3歳・瀬川



阿久津 優希 ちゃん
1歳・塩野室町



日光の美味しいレシピ 82

提供：日光市農村生活研究グループ協議会



糸コン君みつけた

秋が収穫時期のこんにゃく芋は腐りやすいため、昔、こんにゃくは秋だけの食べ物でした。江戸時代、水戸藩の中島藤右衛門が芋を乾燥して粉を作る方法を発見すると長期保存が可能になり、年中出回る食べ物になりました。

作り方

- ①油揚げを、熱湯をかけ油抜きする。
- ②糸こんにゃくを熱湯にくぐらせてあくを抜き、2cmの長さに切る。
- ③フライパンに②、ひき肉、①を入れて炒め、水気が少なくなったら水溶きかたくり粉でとろみをつけ8等分する。
- ④①を半分にとって袋になるように丁寧に開き、スプーンを使って③を入れ、中身が出ないようにかんぴょうでしぼる。
- ⑤底の平たい鍋に④を入れ、④を並べて落としぶたをして汁気がなくなるまで煮たらできあがり。

材料/8人分

- 油揚げ…4枚、糸こんにゃく…1袋(大袋)、とりひき肉…150g、かたくり粉…大さじ1、かんぴょう…少々
- ①しょうゆ…大さじ3、砂糖…大さじ2
- ②だし汁…300cc、しょうゆ…大さじ3、砂糖…大さじ1と1/2、みりん…大さじ1

今回のレシピは

131キロカロリー(8人分)

- ・タンパク質…8.0g
- ・脂質…6.6g
- ・塩分…2.1g

この料理を作ってくれたのは



アスター会の皆さん

2月の人口と世帯数	男		女		計		世帯数	
	今市地域	日光地域	藤原地域	足尾地域	栗山地域	日光市	今市地域	日光地域
	29,951人(-23)	30,972人(-24)	60,923人(-47)	23,553世帯(-14)				
	6,739人(-25)	7,406人(-9)	14,145人(-34)	6,180世帯(-10)				
	4,451人(-7)	4,905人(-2)	9,356人(-9)	4,494世帯(-1)				
	1,147人(-10)	1,241人(-5)	2,388人(-15)	1,407世帯(-4)				
	704人(-5)	733人(-4)	1,437人(-9)	664世帯(-6)				
	42,992人(-70)	45,257人(-44)	88,249人(-114)	36,298世帯(-35)				

※住民基本台帳による(2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