

Let's Try JAクッキング

身欠きにしんの煮物



材料（6人分）

身欠きにしん……………半身6枚
水……………250CC

A

砂糖……………大さじ3
しょうゆ……………大さじ3
酒……………大さじ2
濃縮かつおだし(50倍濃厚)…大さじ1
塩……………一つまみ
みりん……………大さじ1と1/2

作り方

- ① にしんは流水をサッとかけ、エラの部分を切り落とし、二つに切り鍋に入れる。
- ② 鍋に計量した水を入れ5分程中火で煮たら、Aを入れ塩一つまみを加え煮立ったら火を少し弱め15分程煮たら、みりんを加え更に5分程煮たら火を止める。(塩…煮崩れ防止)
- ③ そのまま味がしみていくのを少し待ち、器に盛って出来上がり。

レシピ提供

四ツ子/小林 セツさん

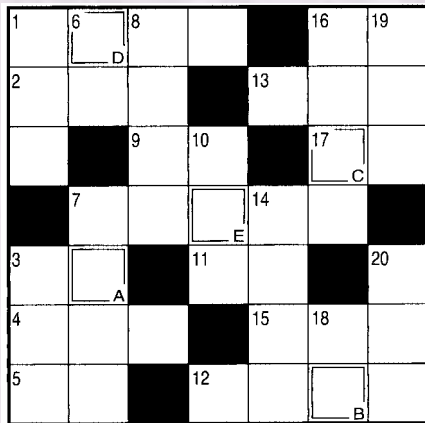
エコープかつおだし
資材課 (☎83-3845)
にて販売中



頭の体操 クロスワードパズル

出題：ニコリ

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



タテのカギ

- ① 一抹の〇〇〇がよぎった
- ③ 曲芸の上手な海獣
- ⑥ 鳴門海峡には大きなものができます
- ⑦ 小川の〇〇〇〇が聞こえる森
- ⑧ 支点、〇〇〇〇、作用点
- ⑩ 釣では「こませ」ともいいます
- ⑭ 家に真っすぐ帰らずに……
- ⑯ お茶やたばこをのんで一休み
- ⑱ 剣道で頭に着ける防具
- ⑲ ヘビが巻くもの
- ⑳ 富士五湖で2番目に小さな湖

ヨコのカギ

- ① 軒先でチリンと涼しげな音を立てます
- ② 小倉あんの材料になる豆
- ③ 暑い日にはたくさんかきます
- ④ イワシやウナギなどの稚魚。〇〇〇干し
- ⑤ 錠前の穴に差し込みます
- ⑦ 〇〇〇〇〇制と比例代表制で行われる参院選
- ⑨ 〇〇をかけて作物を育てる
- ⑪ セーラー服に付いているものは大きめ
- ⑫ 小さな金属球をはじく大人向け遊戯
- ⑬ トート、ポストン、ハンドといえは
- ⑮ 天気予報では午前0時から午前3時ごろのこと
- ⑯ 針穴に通す物
- ⑰ アマではありません

応募方法

ハガキに①答え、②郵便番号、住所、③氏名、④年齢、⑤その他、ご意見・ご感想等をお書き添えのうえ、

【〒947-0028 小千谷市城内4-1-55

越後おぢや農業協同組合 総務課（広報）宛】

へお送りください。

※ご意見・ご感想は、紙面「読者の声」にて掲載させていただく場合がございます。予めご了承ください。

締切 8月19日（金）、当日消印有効

正解者の中から抽選で10名様に「ちょきんぎょグッズ」を進呈します。当選の発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。

☆おハガキの個人情報は、景品の発送および広報誌以外に使用いたしません。

先月号の答え 「ウナジュウ」

応募総数は22通でした。多数のご応募ありがとうございました。



ちょきんぎょ®