



鶏むね肉の梅照り焼き

- ① 鶏むね肉…繊維を断ち切るようにそぎ切りにし、ボウルに入れて酒、しょうゆを加えてもみ込み、5分置いて片栗粉をまぶす。
青じそ……せん切り。
梅干し……種を取り、包丁で細かくたたく。
- ② ☆合わせだれの調味料を合わせておく。
- ③ フライパンに油を入れて熱し、鶏むね肉を加えて弱火で両面焼き色がつくように火を通し、②を加えて煮からめる。
- ④ 器に盛り、青じそをのせる。

材 料

(6~7人分)

鶏むね肉 …………… 400g
(約2枚)
酒 …………… 大さじ2
しょうゆ …………… 大さじ1
片栗粉 …………… 大さじ4

油 …………… 大さじ2
青じそ …………… 5枚

☆合わせだれ

梅干し …………… 4個
エコープほめられ酢
…………… 100cc

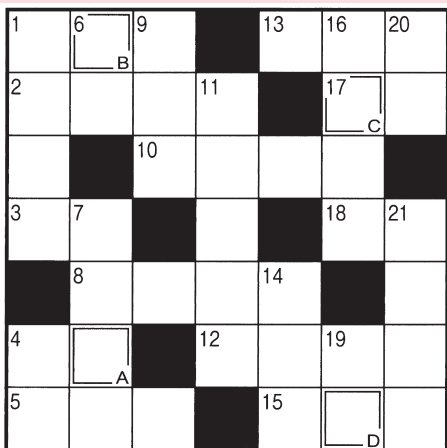


頭の体操

クロスワードパズル

出題・イラスト：ニコリ

二重マスの文字をA~Dの順に並べて
できる言葉は何でしょうか？



ヨコのカギ

- ①十五夜に飾る植物
- ②米の収穫作業の一つ
- ③エレベーターの表示では「B」
- ④よく飼われているペットなんだニャ
- ⑤石原裕次郎と牧村旬子のデュエット「○○○の恋の物語」
- ⑥○○○○足りて礼節を知る
- ⑦和風の携帯菜入れ。黄門様のドラマでおなじみです
- ⑧恋愛運や金運などを見てもらいます
- ⑨カラオケ店で離さない人もいます
- ⑩招く人がホストなら、招かれる人は
- ⑪月の模様はウサギがこれについているように見るとか
- ⑫佐渡島に保護センターがある鳥

タテのカギ

- ①電流を流したり切ったりする装置
- ②深谷、下仁田、九条といえば
- ③膝より下、くるぶしより上
- ④野山を耕して田畑にすること
- ⑤鉄棒や跳び箱を使って行う○○○体操
- ⑥木を育てたり切り出したり加工したりする仕事
- ⑦体の90%以上が水分だという、水にすむ生き物
- ⑧年下の女きょうだい
- ⑨田楽にしてもおいしい紫色の実野菜
- ⑩あ、おもしろ。ひと○○ちょうだい!
- ⑪カイコの繭から作ります

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 9月28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」を進呈いたします。当選の発表は景品の発表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。



ちょきんぎょ®

先月号の答え

『2・4・5・11・12』

応募総数は34通でした。
多数のご応募ありがとうございました。

