

＼かわいい！＼ おまえぎのたから

6月
生まれの
元気な子



まきの せな
牧野 星那ちゃん1歳
(本町)



まつした このか
松下 心香ちゃん1歳
(合戸)



すずき さきこ
鈴木 葵子ちゃん1歳
(大山)



すがぬま さくや
菅沼 咲哉くん2歳
(中町)



おかもと こお
岡本 皐生くん3歳
(桜ヶ池)



あかほり とあ
赤堀 永愛ちゃん3歳
(新谷区)



かもおか いく
鴨岡 郁空くん3歳
(白浜区)



かわいい笑顔を募集します。

対象：8月生まれの子1歳～3歳児で、本コーナーへ掲載されたことのない子

申込期間：7月6日(月)、7日(火)の2日間、8時15分～17時(最大8枠。先着順)

◆申込先：総務課

☎0537-1132

このコーナーはケーブルテレビでも放送されます。

“御前崎をたべよう！”



パクチーのほかに
ミョウガや
大葉も◎

エスニック風 なすの肉みそ炒め

材料(4人分)

- ナス……………4本
- 長ネギ……………1本
- 豚ひき肉……………150g²
- ごま油……………大さじ1
- すりおろしショウガ・酒・甜麺醬・砂糖・醤油・ナンプラー……………各大さじ1.5
- すりおろしにんにく……………チューブ1cm程度
- パクチー……………適量(3g程に切る)

作りかた

- 1 ナスのヘタを取り、一口大に切る。長ねぎをみじん切りにする。
- 2 フライパンを中火で熱し、ごま油を入れて豚ひき肉を炒める。
- 3 豚ひき肉に火が通ってきたら、ナスを炒める。
- 4 ナスがしんなりしてきたら、調味料を入れ、火が通るまで炒める。最後に長ねぎを入れる。
- 5 器に盛り、パクチーを散らす。

▶ 1人分=195kcal