

特産品を使った
健康でおいしい食事をどうぞ！

RECIPE CONTEST

おまえざきレシピコンテスト受賞作品



使用している特産品：サツマイモ、シラス

材料（2人分）

サツマイモ	100g	空心菜	2本
釜揚げシラス	大さじ4	スキムミルク	大さじ1
卵	1個	野菜ブイヨン	1個
牛乳	大さじ2	オリーブ油	少々
人参	1/4本		

まぜまぜやき

一般の部 優秀賞レシピ
考案者 岡村 たづ子さん

コンテストテーマ ▶朝食(令和3年度) 野菜(令和4年度) 減塩(令和5年度)

14/30作品



「匂」を
食べやすいサイズで
いただきます♪

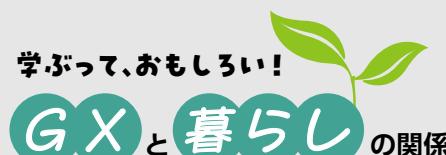
作り方

- 1 サツマイモは1cm角に切り、耐熱皿に入れラップをして1分50秒レンジにかける。ラップをしたままおいておく。
- 2 ボウルにオリーブ油以外の材料を入れ混ぜ合わせる。
- 3 フライパンにオリーブ油を熱し、小さめサイズで焼いたら完成♪

照会 健康づくり課 ☎0537⑧1123

ENVIRONMENT

ECOタネ



御前崎市での脱炭素支援とは？

市では、脱炭素に向けた取り組みを応援するため、市内の事業者および個人事業主を対象とした補助金を本年度より新設しました。

市が指定した脱炭素経営支援融資を対象として、融資実行に伴う手数料を補助します。詳細は市ホームページをご確認ください。

金融商品名	金融機関名
サステナビリティ・リンクローン	静岡銀行
しづおか GX サポートローン	静岡銀行
シマカケ・サステナビリティ・リンク・ローン	島田掛川信用金庫
サステナビリティ・リンク・ローン	浜松いわた信用金庫
GX 支援資金(目標設定型)	浜松いわた信用金庫



▲市ホームページ

照会 GX推進課 ☎0537⑧1134