

＼かわいい！／ おまえぎのたから **4**月 生まれの 元気な子



お子さんのかわいい笑顔
を広報へ掲載しませんか。
6月に誕生日を迎える1
歳～3歳児で本コーナー
へ掲載されたことのない
お子さんを募集します。
広報課へ電話でお申し込
みください。(先着順)
受け付けは**5月16日(月)8
時15分～**となります。
☎0537⑩1132



エシャロットの酢味噌あえ

材料(4人分)

- エシャロット……………2束
- 味噌……………大さじ2
- 砂糖……………大さじ2
- 酢……………大さじ1

- ①エシャロットをよく洗い、葉先の汚れを取り除く。
 - ②根を切り取る。
 - ③1～1.5センチほどの長さに切る。葉も全て切り使用する。
 - ④味噌、砂糖、酢を混ぜ合わせる。
 - ⑤③と④を混ぜ合わせお皿に盛り付ける。
- ※らっきょうであれば、未熟なものが適しています。漬け物用のはねだしものでもOK。

※1人分 67 kcal

〈御前崎市健康づくり食生活推進協議会〉