

／かわいい／ おまえざきのたから **7**月 生まれの 元気な子



かわいい笑顔を募集します。
対象：9月生まれの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：8月5日(月)、6日(火)の2日間、8時15分～17時(最大8枠。先着順)
◆申込先：市役所総務課
☎0537@1132



材料(5人分)▶1人分=128kcal

- カツオ.....400g
- 玉ねぎ.....1/2個
- きゅうり.....1本
- 青しそ.....5枚
- しょうが.....1片
- 梅干し.....3個
- 葉ねぎ.....5本
- みそ.....40～70g
- 水.....400cc
- 氷.....15個位

- 1カツオをみじんにしながら出刃包丁でたたく。
 - 2玉ねぎは薄切り、きゅうりは輪切り、青しそ・しょうがは千切り、葉ねぎは小口切りにする。
 - 31にみそ・種を出した梅干しを加え、一緒にたたく。
 - 4カツオとなじんだら氷水でのぼす。刻んだ野菜を浮かべて彩りよく盛り付ける。
- ★漁師さんが船上で作る料理！かき混ぜるときの音が名前の由来だそうです！