

Let's Try JAクッキング

あんかけ茶碗蒸し



材料（8個分）

- 鶏むね肉……………150g
- A { 酒……………大さじ1
- 塩……………大さじ1
- B { だし汁用水……………400cc
- だし醤油……………大さじ2
- みりん……………大さじ1
- 酒……………大さじ1
- 卵……………中4個
- カニカマ……………80g
- しいたけ……………2枚
- あん { 水……………100cc
- みりん……………小さじ1
- カニカマ……………20g
- えのきだけ……………20g
- だし醤油……………小さじ2
- 片栗粉……………小さじ2
- 水……………少々

作り方

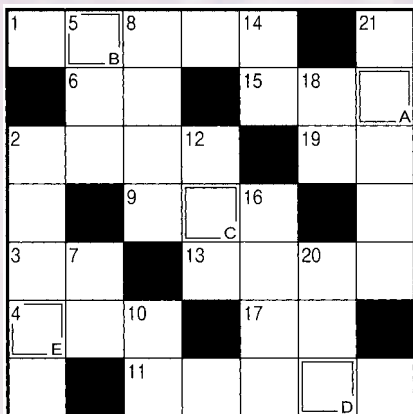
- ① 鍋にたっぷりの水でお湯を沸かす。
- ② 鶏肉は3つに切り、厚い所は2つに切り厚さを揃える。
- ③ お湯の中にAを入れ火を止めた所へ②の肉を入れ蓋をして10～15分そのままにしておき、水で冷まし一口大に切る。
- ④ Bとわりほぐした卵を混ぜザル等でこす。
- ⑤ 器に一口大の鶏肉とカニカマ、しいたけを入れ④を入れる。
- ⑥ 蒸気の上上がった蒸し器に⑤を入れ、火の加減は中の強で7分位蒸す。その時蓋の間に菜箸をはさむ。
- ⑦ あんの材料を鍋に入れ火にかける。えのきだけに火が通ったら水溶性片栗粉を入れ、とろみを付け出来上がった茶碗蒸しにかけ、好みて三つ葉等を乗せる。

レシピ提供 片貝/黒崎 サチ子 さん

頭の体操

クロスワードパズル 出題：ニコリ

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



タテのカギ

- ②小包でよく見る「〇〇〇〇〇注意」のシールはガラス細工や精密機械を送る時に使います
- ⑤ホテルでベッドが二つある部屋
- ⑦〇〇を憎んで人を憎ます
- ⑧榊（さかき）や水を供えます
- ⑩華やかではなくつつまじやか
- ⑫奥の反対側
- ⑭床に張ったりかまぼこの土台にした
- ⑯西洋料理の澄んだスープといえば
- ⑱繊維をすいて作ります
- ⑳超高層ビルが立ち並ぶ中東の観光都市
- ㉑機械を使わず〇〇〇〇〇で選果した

ヨコのカギ

- ①ピーナツと呼ばれることも
- ②学校給食の〇〇〇〇表が配布された
- ③レジが混んでいるときは長く延びます
- ④秋の山を赤く染めます
- ⑥分からないときは国語辞典などで調べること
- ⑨海の鼠（ねずみ）と書く生き物
- ⑪受け取り伝票などに押します
- ⑬マラソン選手に〇〇〇〇から声援が飛んだ
- ⑮三角形の面積＝底辺×〇〇〇÷2
- ⑰かけ、ざる、もりといえば
- ⑲南を向いたとき西の方向

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 11月18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」を進呈します。当選の発表は景品の発送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。

先月号の答え 「ナシモギ」

応募総数は22通でした。
多数のご応募ありがとうございました。



ちょきんぎょ®

