

## エダマメの梅ご飯



撮影：大井一範

- ① 米をといで炊飯器に入れ、分量の水に30分以上漬けます。Aの調味料と梅干しを丸ごと加えて混ぜ、ご飯を炊きます。
- ② エダマメは塩小さじ1/2（材料外）をよくもみ込んでから、熱湯で4～5分ゆでます。さやから豆を取り出します。
- ③ ご飯が炊き上がったら、梅干しの種を除いて果肉をちぎり、ご飯に混ぜます。食べる直前にエダマメといりごまを加えて、全体に混ぜます（おむすびにもお薦めです）。

出典「ベターホームのお料理教室」

### 材料 (4人分)

米……………米用カップ2 (300g)	A	酒……………大さじ1	エダマメ（さや付き）
水……………400ml		塩……………小さじ1/4	……………150g
梅干し……………1個（20g）		しょうゆ……………小さじ1	いりごま（白）……………大さじ2

## 頭の体操

まちがいさがし  
出題・イラスト：酒井栄子

右のイラストには左のイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を左下の枠内の数字で探しましょう。



### 応募方法

ハガキに①答えの数字、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 6月25日(月) 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」を進呈いたします。当選の発表は景品の発表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。



ちょきんぎょ®

### 先月号の答え 『ミドリノヒ』

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。

