

秋の味覚 サツマイモご飯



- ① 米を研ぎ、30分くらい浸水させザルにあげる。刻昆布は水で戻して、水を切っておく。
- ② サツマイモは1cmの半月切りにして、水に5分間さらす。ニンジンも細切りにする。シメジは石づきを取り、小房に分けておく。
- ③ 炊飯器の内釜に、①の米とAを入れ、3合の目盛りまで水を注ぐ。水気を切ったサツマイモ、ニンジン、シメジ、刻昆布を上に乗せ、炊飯器のスイッチを入れる。
- ④ 炊き上がったら、ゆっくりと混ぜ合わせて、器に盛って出来上がり。
※お好みで、白ごまを掛けるとさらにおいしくなります。

材 料 (5~6人分)

米 3合
 サツマイモ 300g
 ニンジン 50g
 シメジ 150g
 刻昆布(乾燥) 5g

A { 酒 大さじ2
 みりん 大さじ2
 塩 小さじ1と1/2
 だしの素(顆粒) 大さじ1

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 10月30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」を進呈いたします。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。



ちょきんぎょ®

先月号の答え 『メイゲツ』

応募総数は16通でした。
 多数のご応募ありがとうございました。

