

和風 サトイモシチュー



- ① サトイモは皮を剥き、やや大きめの一口大に切る。タマネギは薄切り、ニンジンも乱切りにする。
 - ② シメジは石づきを取り、マイタケは食べやすい大きさにさいしておく。
 - ③ 鶏肉は一口大の大きさに切る。
 - ④ 鍋にサラダ油を入れ、鶏肉を炒めて①、②を入れ、全体を炒める。
 - ⑤ ④に水を加え、コンソメとローリエを入れる。沸騰したらアクを取り、中火で15分程度煮込む。
 - ⑥ 火を止め、ローリエを取り出し、シチューの素を少しずつ入れる。時々かき混ぜながら、弱火で10分程度煮込む。
 - ⑦ 牛乳、みそを加え、さらに5分程度煮込む。
 - ⑧ お皿に盛り付けて出来上がり。
- ※お好みで、パセリを掛けると彩りがきれいです。

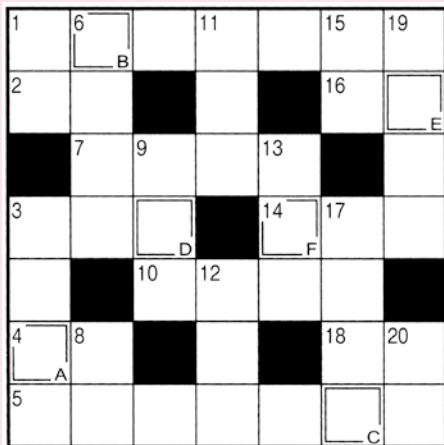
材料 (5人分)

サトイモ中5個	コンソメ(固形)2個
タマネギ中1個	水750ml
ニンジン1/2本	牛乳150ml
シメジ80g	みそ大さじ1/2
マイタケ80g	サラダ油大さじ1
鶏肉200g	ローリエ2枚
シチューの素(顆粒)90g		

頭の体操

クロスワードパズル 出題・イラスト：ニコリ

二重マスの文字をA～Fの順に並べて
できる言葉は何でしょうか？



ヨコのカギ

- ① サツマイモで作る洋風の焼き菓子
- ② 東がトン、北がベイなら南は
- ③ 布団や枕などのこと
- ④ 『万葉集』にはたくさん収められています
- ⑤ 漢字で書くと「背黄青鸚哥」。ペットとしてよく飼われている小鳥です。
- ⑦ 板を用いることが多い練り製品
- ⑩ 箒(ほうき)と一緒に働きます
- ⑭ おうし座のプレアデス星団の和名。『枕草子』にも出てきます
- ⑯ いかつい — 構えをした刑事
- ⑰ 天下の回り物です

タテのカギ

- ① さらさらと落ち続ける時計もあります
- ③ 新婚家庭には満ちあふれていそう。—— 太りしちゃう人もいるかな
- ⑥ 朱肉がセットされたケースに入れることも
- ⑧ 「Rの付かない月(5～8月)に食べるな」と言われる貝
- ⑨ 京都の町屋は — が狭いうなぎの寝床
- ⑪ グラウンドをならす道具です
- ⑫ 文系とよく対比されます
- ⑬ この商品は — パフォーマンスがいいね
- ⑮ 鍛えて日本刀などをつくります
- ⑰ 髪を刈り込むときに使います
- ⑲ 旅行のこと。—— シューズ
- ⑳ こたつで丸くになりたいニヤ

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。

先月号の答え

『4・6・8・9・11』

応募総数は27通でした。
多数のご応募ありがとうございました。

締切 11月30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」を呈呈いたします。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®

