

さかい川だより

ぎふ農業協同組合 さかい川支店 平成 30 年 6 月
 羽島郡笠松町門間 111
 TEL : 058-388-2021

5月9日(水)

佐浜保育所と柳澤保育所にて、
 食農教育として、女性部の方と
 野菜の苗の植えつけを行いました。



みんな、
 野菜は好きかな?

何の野菜の苗
 が分かるかな?



トマト!!

きゅうり!!!

- 今回は、
1. きゅうり
 2. トマト
 3. ほうす
 4. ピーマン

4種類の野菜の苗を
 植えまわりました!! 😊



カボチャの甘みが
 牛乳とよく合う

今月のおすすめレシピ

家の光2018年6月号P33

~カボチャのミルクもじろ煮~

材料(2人分)

- カボチャ ... 1/6個 (200g)
- 鶏ひき肉 ... 70g
- グリーンピース ... 10g
- 牛乳 ... 200ml
- 麺つゆ(3倍濃縮) ... 大さじ1
- 塩

作り方

- ① カボチャは種とわたを取り、2cm角に切る。グリーンピースはさっとゆじておく。
- ② フライパンにひき肉、牛乳、麺つゆを入れて火にかける。木べらなどでひき肉をほぐしてよく混ぜ合わせる。
- ③ ひき肉に火が通ったら、①のカボチャを加え、フックンシート



で落とし煮をする。煮たら弱火にして、カボチャがやわらかくなるまで10分ほど煮る。

- ④ ①のグリーンピースを加え、塩適量で味をととのえ、器に盛る。