

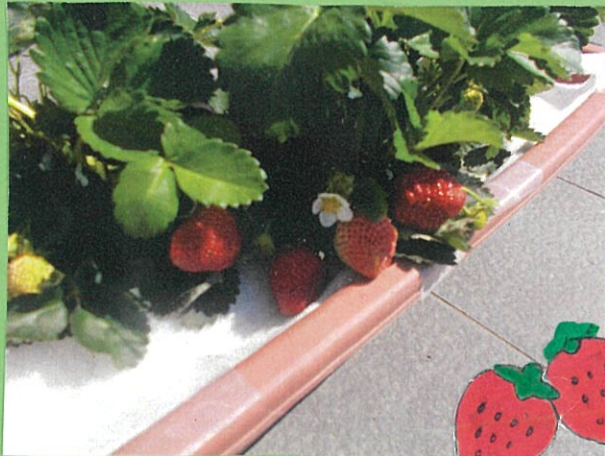


かわしまだより



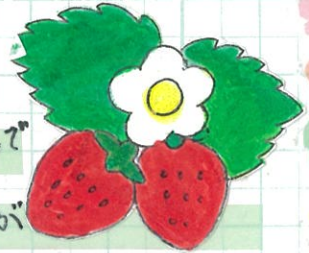
JAぎふ川島支店 0586-89-3301

農業の応援団プランターでいちご栽培



川島支店の店先で

育てている苺の実が



赤く色付きました。収穫した苺の実は

甘くて美味しかったです。去年11月に

「プランター栽培講習会」で植えつけた

苗です。今年も開催予定ですので

皆さんの参加お待ちしております!!

夏バテ防止にいかがですか?

☆ 梅酒の嬉しい効果と効能 ☆

・クエン酸で疲労回復・アルコール効果で血行促進・酸味で美肌、便秘解消

梅酒の作り方(作りやすい分量)

手順

1



保存瓶を煮沸消毒する

手順

2



青梅を洗い、へたを取り除いて、数か所穴をあける

手順

3



氷砂糖と梅を交互に入れ、焼酎を注ぐ

家の光 2020年6月号 P.207 お引用

＜材料＞青梅1kg、氷砂糖1kg、果実酒用焼酎1.8L

常温の暗所に置き、3ヶ月ほどで完成!! 1年おくとさらにおいしくなるそうです♡

＜材料＞豚肩ロ、又ははち肉のブロック500g

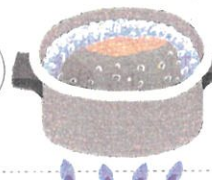
調味料:梅酒 $\frac{1}{2}$ カップ、梅酒の梅5粒、しょう油、水1カップ

梅もほぐして肉といっしょに盛りつけ食べましょう!!

豚肉の梅酒煮(4人分)

手順

1



豚肉を熱湯にさっと通し、霜降りにする

手順

2



調味料を熱し、豚肉を入れて、40~50分煮る

手順

3



煮汁を煮つめて盛りつけたら肉にかける

家の光 2020年6月号 P.208 お引用