

市報

とお

特集

わたしたちが思う
そお市の魅力

8

vol.146

わたしたちが思う そお市の魅力

目 次

わたしたちが思うそお市の魅力…	3
まちの話題……………	10
教育委員会だより……………	12
図書館だより……………	13
実は隣のスゴイ人……………	14
市からのお知らせ……………	16
情報掲示板……………	32
市民の広場・今月のプレゼント…	35
戸籍の窓……………	36
くらしの情報……………	37



今月の表紙

夏本番!! 子どもたちは夏休みまっただ中。暑い日には無料で開放している「財部いきいき親水公園」のプールにレッツゴー! 水深も浅いので小さなお子さんでも楽しめます。いっぱい遊んでたくさんの思い出をつくってくださいね。

たか森カフェよりお届け!

曾於市の 旬を食べる。

第4食目 冷やし坦々そう麺 ～豆乳仕立て～

材料（1人分）

そうめん……………1 把
豆乳（牛乳でも可）…100cc
めんつゆ……………100cc
豚挽き肉……………80 g
玉ねぎ……………1/4
にんにく（チューブ使用）…適量
しょうが（チューブ使用）…適量
酒……………大さじ 1
みりん……………大さじ 1
味噌……………大さじ 1
豆板醤……………小さじ 1
ほうれん草……………1 束
ラー油適量……………お好みで
すりごま……………お好みで

つくり方

- ① そうめんをゆでて水でしめておく。ほうれん草も塩ゆでし、食べやすい長さにカットする。玉ねぎはみじん切りにする。
- ② 【肉味噌】油をひいたフライパンにしょうが・にんにくを入れ、ひき肉・玉ねぎを炒める。酒・みりん・味噌・豆板醤を混ぜたものを加えて味付けしさらに炒める。
- ③ めんつゆと牛乳を1：1の割合で混ぜてラー油も入れる。ラー油の量によって坦々麺っぽくなります。
- ④ ③にそうめん、ほうれん草、肉味噌をのせてできあがり。



大人気の季節の野菜ランチと、パスタ、ピザ、カレーなど気軽にランチタイムを楽しめます。パスタは生パスタを使用し、もっちりもちで食感を楽しみたい方にオススメです。また、夏限定のデザートやドリンクメニューも充実!! 詳しくはホームページをご覧ください。なお、ご予約のお客様が優先となります。

たか森カフェ

毎週金・土曜日 11 時～ 16 時営業
財部町北俣 5410-1 ☎ 0986-28-6120