

市報

と お



特集

今から知って、
これからを考える。

9

vol.147

今から知って、 これからを考える。…P3～

目 次

まちの話題	14
きらり男女のコーナー	16
曾於文藝	17
富士登山研修	22
市小学校水泳記録会	23
県畜産共進会・全共予選会	24
五位塚市政2期目スタート	26
市からのお知らせ	28
情報掲示板	38
市民の広場・今月のプレゼント	41
戸籍の窓	42
くらしの情報	43



今月の表紙

「第13回曾於市カヌー大会」が開催され、カヌー競技に約100人、ドラゴンボートに12チームが参加しました。炎天下の中、日頃の練習の成果を発揮する姿に、大きな声援と惜しみない拍手が送られていました。

たか森カフェよりお届け!

曾於市の 旬を食べる。

第5食目 豆腐と夏野菜の 和風ジュレ

材料（4人分）

絹豆腐……………1/2丁（150g）
ミニトマト……………6個
アボカド……………1個
枝豆（冷凍）……………60g
かぼちゃ……………60g
レモン汁……………大さじ1
粉ゼラチン……………3g
水……………大さじ1と1/2

《和風ジュレ》

●砂糖……………小さじ1
●薄口醤油……………大さじ1
●和風顆粒だし……………小さじ1/2
●水……………300cc

つくり方

- ① ミニトマトの皮を湯むきし、半分に切る。アボカドは1cm角に切り、レモン汁を加えて混ぜる。冷凍枝豆は解凍し、さやから実を取り出す。かぼちゃは1cm角に切り、下ゆでする。豆腐はキッチンペーパーなどで水気を切り、2cmの角切りに。
- ② 耐熱容器に粉ゼラチン、水を入れてふやかし、600wのレンジで10秒加熱する。
- ③ 別の耐熱容器に●を600wのレンジで3分加熱する。
- ④ ③のだし汁にゼラチンを加え混ぜ、固まるまで冷蔵庫で冷やし、スプーンでかいてジュレ状に崩しておく。
- ⑤ ①と④を交互に器に盛る。



たか森カフェでは旬の食材を豊富に取りれた野菜ランチ、ピザ、カレー、生パスタなど月替わりでお楽しみ頂けます。他、カフェタイムには、デザートやドリンクメニューも充実!! 季節を感じるメニューをお楽しみください。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（たからべ森の学校）
毎週金・土曜日 11時～16時営業
財部町北俣 5410-1 ☎ 0986-28-6120