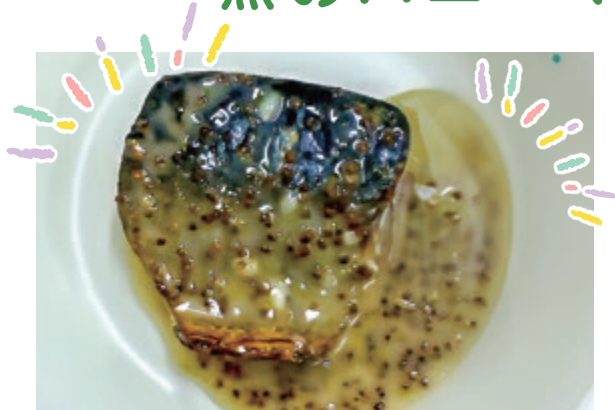


魚のハニーマスタードソース



材料 (5人分)

魚……………5切れ
白ワイン…………少々

【ハニーマスタードソース】

マヨネーズ…… 大さじ3と小さじ2
粒マスタード… 大さじ1と小さじ1
三温糖…………… 大さじ1と小さじ1
薄口しょうゆ…… 小さじ1と1/3
はちみつ…………… 小さじ1と1/3



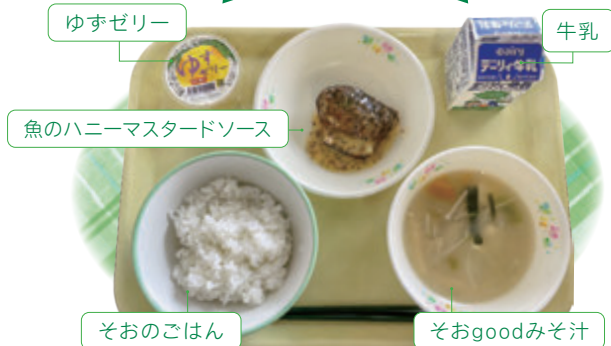
作り方

- (1) 魚に白ワインをふっておく。
- (2) オーブン（250℃に余熱し15分焼く）または魚用グリルかフライパンで、火がとおるまで焼く。
- (3) ハニーマスタードソースの調味料をすべて混ぜ合わせる
- (4) 魚にハニーマスタードソースをかけて完成。

●●アレンジ●●

※淡泊な白身魚や鶏肉など、焼いたものや揚げものにも合うと思います。おかずやお弁当の一品としても、おすすめです！

献立名



3月の子牛せり市結果

曾於中央家畜市場 (3/24 ~ 3/26)

地区	性別	頭数	最高額	kg単価	平均価格
曾於市	メス	200	938,300	2,783	803,352
	去勢	255	1,155,000	2,895	915,239
	計	455	1,155,000	2,847	866,057
曾於地区	メス	488	980,100	2,770	800,428
	去勢	604	1,212,200	2,876	914,486
	計	1,092	1,212,200	2,831	863,515

※価格は円で税込です

5月の子牛せり市

5/25 ~ 5/27の予定です

「マイナンバーカード」 休日申請・交付情報

今月の申請・交付日

5/24
(日)

事前予約が必要です。

5月22日（金）までに電話予約のうえ必要書類を持参してお越しください。

※マイナンバーカードの更新手続・暗証番号再設定などできます

来月の休日申請・交付予定

6月28日（日）



お問い合わせ

市民環境課 総合窓口係 ☎ 0986-76-8805
大隅支所 地域振興課 ☎ 099-482-5923
財部支所 地域振興課 ☎ 0986-72-0934