

今月の とっておきレシピ



豆乳ぶっかけそうめん

材料（2人分）

そうめん…… 3束（1束50g）
 サラダチキン…… 1パック
 トマト…… 1／2個
 オクラ…… 2本
 生キクラゲ…… 2個

豆乳を
とくにゅう～！



A 豆乳…… 200ml
 みそ…… 大さじ1
 鶏がらスープ…… 小さじ1／2
 おろしにんにく…… 小さじ1／3
 白すりごま…… 小さじ1

作り方

- ①そうめんをゆで、1人分ごとに器に盛り付ける。
- ②オクラと生キクラゲをゆで、オクラは小口切り、生キクラゲは細切りにする。トマトは1cm角に切り、サラダチキンはそぎ切りにする。
- ③ボウルにAの調味料をすべて入れてよく混ぜ、①にかける。
- ④③の上にサラダチキン、トマト、オクラ、生キクラゲをのせる。

ひとことアドバイス

- ・彩りも涼しげな1品です。全体をよく混ぜてお召し上がりください。
- ・ラー油をかけるとピリッとした辛さがアクセントになり大人な味わいです。
- ・サラダチキンの代わりにツナ缶を使うのもおすすめです。

8月17・18日



能代球場で大学生と一緒に遊ぼう！

能代球場を会場に、帝京大学準硬式野球部主催のイベントが開催されました。多くの子どもたちが、かけっこなどで大学生との交流を深めたほか、第2部ではオープン戦で始球式を行い、球場を大いに盛り上げました。

祝 百歳長寿おめでとうございます

お名前をご紹介します

高田キワさん

（槐・大正13年8月14日生）

ニツ井中央公園多目的広場の愛称が
「にこにこ広場」に決定しました！



5月24日～7月10日の期間に愛称を募集したところ、364人の方から412点の応募があり、選考の結果「にこにこ広場」に決定しました。

選考された愛称の応募者多数により抽選の結果、正木美桜さん（ニツ井町）が採用されました。正木さんは「みんな『にこにこ』してこの広場を使っているから」との理由でこの愛称を考えてくれました。

たくさんのご応募ありがとうございました。

問合せ 地域局建設課 TEL73-5300