



炊飯器だから失敗しない!

MERRY CHRISTMAS



食卓華やぐ 〆ハレの日レシピ

寒メほうれん草のキッシュ

- 材料(5~6人前)
- ・ポークウインナー… 70g
 - ・牛乳… 100ml
 - ・ほうれん草… 1株
 - ・玉ねぎ… 1/4個
 - ・卵… 3個
 - ・キャベツ… 2枚
 - ・ニンジン… 1/4本
 - ・塩こしょう… 適量
 - ・コンソメ… 小さじ1
 - ・バター… 適量
- 【下準備】
- ・ポークウインナー… 5mm幅に切る
 - ・ほうれん草… 一口大の大きさに切る
 - ・玉ねぎ、キャベツ、ニンジン… みじん切り



- 作り方
- ① 牛乳に卵、塩こしょう、コンソメと切った野菜やウインナーを加えて混ぜる
 - ② 炊飯器の内釜にバターを塗り、①を流し入れる
 - ③ 炊飯スタート
 - ④ 器に盛り付けたら完成!



ローストビーフ

- 材料(3~4人前)
- ・牛モモブロック… 300~350g
 - ・塩こしょう… 適量
- <調味料A>
- ・しょうゆ… 大さじ3
 - ・料理酒… 大さじ2
 - ・みりん… 大さじ2
 - ・すりおろしニンニク… 1片分



- 作り方
- ① フォークで肉全体に穴を開ける
 - ② 肉に塩こしょうを多めにかけて、全体に擦り込み、1時間ほど常温で置いておく
 - ③ フライパンで表面をこんがり焼く(3~5分以内に焼くこと)
 - ④ ジッパー付きの袋に調味料Aと肉を入れて、もみ込み、空気を抜いて袋を二重にする
 - ⑤ 炊飯器にお湯を入れて、袋のまま肉を入れる
 - ⑥ 浮かないように皿などで重石をし、保温モードで1時間10分程待つ
 - ⑦ 取り出したら、薄く切り、器に盛り付けて完成!



ニンジンスポンジのケーキ

- 材料(5~6人前)
- ・A-COOP国産米粉入り ぶしパンミックス… 200g
 - ・ニンジン… 1/2本
 - ・卵… 1個
 - ・バター… 50g
 - ・牛乳… 100ml
 - ・生クリーム・果物… お好みで
- 【下準備】
- ・ニンジン… おろし金ですりおろす
 - ・バター… 湯せんして溶かす



- 作り方
- ① 炊飯釜の内側に、バター(分量外)を薄くぬる
 - ② ボウルにニンジン、卵、牛乳、溶かしたバターを入れて混ぜる
 - ③ ②にホットケーキミックスを入れて、ヘラでムラがないように混ぜる
 - ④ 生地を炊飯釜に流し入れて、炊飯スタート
 - ⑤ 竹串で刺して生地が付かなければOK。クリームや果物などで飾り付けしたら完成!



野菜のミネストローネ

- 材料(2人前)
- ・ベーコン(ハーフ)… 1パック
 - ・ナス… 1本
 - ・玉ねぎ… 1玉
 - ・キャベツ… 1/4玉
 - ・ジャガイモ… 1個
 - ・ニンニク… 1~2片
 - ・カットトマト… 1缶
 - ・水… 100ml
 - ・塩… ひとつまみ
 - ・コンソメ… 大さじ1
 - ・塩こしょう… 適量

- 【下準備】
- ・ベーコン… 2センチ幅に切る
 - ・ナス、玉ねぎ、キャベツ、ジャガイモ… 大きめにざく切り



- 作り方
- ① 炊飯釜に塩こしょう以外の食材と調味料をすべて入れる
 - ② 炊飯スタート
 - ③ 炊いたら塩こしょうで味を調え、器に盛り付けたら完成!

ファーマーズ・マーケット かねあ〜れ

新商品ブルーベリーワイン 「十和田の雫」完成

10月より、JA管内のブルーベリーで作られた新商品ワイン「十和田の雫」を販売しています! ブルーベリーの甘く芳醇な香りが特長で、すっきりと飲みやすい口当たりの商品です。クリスマスやお正月、お祝い時などに、家族や友人、大切な方と一緒にいかがですか?



風間浦村あんこうフェスタ inかねあ〜れ

12月21日(日)



地元漁師さんが、風間浦村産の貴重なあんこうの「吊るし切り」を実演。あんこうの「七つ道具(肝、ぬの、えら、ひれ、皮、胃袋、身)」を華麗にさばっていく伝統の技をぜひ間近でご覧ください! 会場内では、具沢山のあんこう鍋も販売します。

歳末セール

12月27日(土)~30日(火)



今年最後のイベント「歳末セール」では、十和田湖和牛(すき焼き肉・焼き肉)のお得なセット、毛ガニやタラバガニなどを特価で販売します。27日(土)・28日(日)は上北農産加工の大売り出しも予定しています。

お問い合わせは TEL.0176-65-0500 営業時間/9:00~18:00
定休日/毎月第2水曜日



店内の最新情報やお得な情報を配信します! QRコードからチェック!

クイズコーナー Question!



当日の消印有効

Q お正月の1月3日に食べられる。一年を健康に過ごせるといふ縁起の良い風習で、年末年始のごちそうで疲れた胃腸をいたわる目的もある。〇〇に入る食べ物は何か?

A クイズの答え
三日 〇〇〇

●クイズの答え
●郵便番号・住所
●お名前(フリガナ)
●電話番号
●年齢・性別

1,000円分をプレゼント!

QUOカード 1,000円分

広報紙への感想をお待ちしています。本紙に関する感想や、日頃感じていること、伝えたいことなどございましたらご記入ください。

【応募方法】ハガキ又はFAXで FAX/0176-24-1829

頂いた個人情報は、このたびの用途以外には一切使用いたしません。