

市民のみなさんが想う自慢のわがまちを紹介するコーナーです。市内、津々浦々、多様な人からのリレーでつなげていきます。園シティセールス課 (☎ 82-1151)



広い市民プール

時 恒美

市民プールは、市民体育館、図書館のエリアにあり、平成28年にリニューアルで日よけテントとタイルが補修され、幼児用のプールをはじめ3つのプールが整備されています。開場は8月31日(土)まで。9時～19時の開場予定で、毎週水曜日が閉場です。今年もたくさんの真夏日が予想されます。暑さ対策に夏休みは家族そろって市民プールへ行こう！ ▶次回は山本 肇さん



埴生の氏神様

千々松 真由美

糸根神社は埴生八幡宮と埴生祇園社が明治41年埴生祇園社の地に合祀されたものです。埴生八幡宮は埴生小学校の地にあり、国道から埴生小学校に至る松の街路樹が参道の面影を残しています。現在の社殿、境内のご神木に歴史が伺われます。祇園祭の海上渡航、境内で行われる埴生芝居の奉納は山口県下に知れ渡っております。二礼二拍手一礼！ ▶次回は藤井 昌代さん

今月のおすすめ料理

「豆腐つくねエスニック風ソースかけ」

～暑い夏はピリ辛で夏野菜と一緒に～



材料(4人分)

木綿豆腐	400g(1丁)	すりおろし生姜	小さじ4	らっきょう漬	4個
エリンギ	40g	A 塩・こしょう	少々	トマトケチャップ	小さじ4
青じそ	10枚	L 片栗粉	少々	B レモン果汁	小さじ2
なす	100g(1本)	ごま油	小さじ4	豆板醤	小さじ1
れんこん	100g	トマト	200g(1個)	リーフレタス	4枚(120g)
鶏ひき肉	240g	玉ねぎ	100g(1/2個)		

【1人分栄養価】エネルギー 285kcal / たんぱく質 19.6g / 脂質 11.8g / 塩分 0.4g

- 作り方
- ①木綿豆腐はキッチンペーパーで水気を切る。
 - ②エリンギ、青じそ、なすはみじん切り、れんこんはすりおろす。
 - ③鶏ひき肉にAを加えて混ぜ合わせ、1cmの厚さの丸型にする。
 - ④フライパンにごま油を熱し、③を弱火で火が通るまで両面で焼く。
 - ⑤トマトを1cmの角切り、玉ねぎとらっきょうはみじん切りにする。
 - ⑥お皿にレタスを敷き、④を並べて⑤をかける。

