

小野田駅

JR 山陽本線

小野田線

南小野田駅

徳利窯



南小野田駅から  
徒歩7分

山陽小野田市 JR 美祢線・小野田線利用促進協議会 (商工労働観光課内 ☎ 82-1150)



# まわりの電車・小野田線の旅③

## 小野田線「南小野田駅」と周辺スポット



南小野田駅は、列車同士の行き違いができない停留所構造の駅の一つである。駅周辺には、金融機関、小野田工業高等学校、若山公園が立地し、賑わいのなかに風雅な様子を醸し出している。駅から徒歩7分のところには、通称「徳利窯」と呼ばれる、わが国で唯一完存するセメント焼成用窯がある。赤レンガで作られた形が徳利に似ていることから、こう呼ばれており、国の重要文化財にも指定されている。日本近代化の黎明期における洋式セメント製造法を伝える遺構でもあり、殖産政策の一端を垣間見ることができ、本市産業の礎を築いた「徳利窯」は、一見の価値がある。さて、話は小野田線に戻り、みなさんの生活スタイルを過度に自家用車に頼る生活から、地球環境にもやさしい公共交通機関を利用する生活に少しずつ変えてみてはいかがだろうか。ふるさと再発見もかねて、小野田線を利用する。そういった生活スタイルもよいのでは。乗って残そう小野田線、がんばれ小野田線。

### 今月のおすすめ料理

## 「アジの南蛮漬け」

～これからは旬のきのこをたっぷり、ほど良い酸味が食欲をそそります～



#### 材料(4人分)

アジ	8尾(400g)	水菜(レタスも可)	50g
塩・こしょう	少々	ミニトマト	4個(60g)
小麦粉	15g	だし汁	200cc
揚げ油	適量	みりん	大さじ2
玉ねぎ	80g	砂糖	大さじ3
にんじん	40g	酢	120cc
生しいたけ	40g	しょうゆ	大さじ3
しめじ	40g	赤唐辛子	2本
えのきたけ	40g	生姜のしぼり汁	大さじ1

[1人分栄養価]エネルギー267kcal/たんぱく質19.1g/脂質11.1g/塩分1.7g

#### 作り方

- ①アジはウロコとゼイゴをとり、頭は斜めに切り落として内臓を取り出す。塩水で洗って水気をしっかりふきとり、塩・こしょうをふる。
- ②玉ねぎは縦薄切り、にんじんは千切りにする。ミニトマトはへたを取って4等分のくし切りにする。しめじ、えのきたけは石づきをとってほぐし、えのきたけは3cm長さに切る。しいたけは薄切りにし、きのこはさつとゆでておく。水菜は3cmの長さに切る。
- ③赤唐辛子は種を除いて小口切りにし、Aを合わせて南蛮だれを作り、②を加える。
- ④160℃に熱した揚げ油に、小麦粉をまぶしたアジを入れ、ゆっくり揚げる。最後に強火にしてカリッと仕上げ。熱いうちに③に入れ、30分以上漬け込む。
- ⑤漬け込んだアジを器にのせ、野菜ときのを盛りつける。



今回の料理は「副菜1つ、主菜2つ」に該当します。

■保健センター監修 ■山陽小野田市食生活改善推進協議会 (小野田校区担当)