

ぎゅうにゅう大すき



第25回広島県児童牛乳ポスターコンクール
広島県牛乳普及協会会長賞

この絵のアイディアは、いつもれいぞう屋に牛が入っていることを表したかうたの牛がいておもしろいと思いましたが。



大崎上島町立東野小学校3年

むらやま らん
村山 藍さん

第39回

ミルククッキングコンクール



優秀賞

煮込み時間が短いとじゃがいもと人参がかたいままで歯ごたえが変わってくるので煮込む前にじゃがいもと人参を別のお皿に入れて3分レンジで温めると煮込んだ時具が同じ固さになります。



「彩りチャウダーリゾット」

さかた
坂田

みく
未来さん (進徳女子高等学校)

★材料 (4人分)

牛乳……………580ml
ご飯……………200g
ベーコンの薄切り……………2 枚
じゃがいも……………1個 (140g)
人参……………1/2本
かぼちゃ……………80g
キャベツの葉……………100g
玉ねぎ……………50g
ホールコーン……………大さじ4
小麦粉……………大さじ1
固形スープの素……………2個
酒……………大さじ2
サラダ油……………小さじ2
塩……………少々
こしょう……………少々

★作り方

- ① じゃがいもと人参の皮をむいて1cm角に切る。
- ② かぼちゃは中の種をとり、1.5cm角に切る。
- ③ キャベツは2cm四方に切る。
- ④ 玉ねぎはみじん切りにする。
- ⑤ ベーコンは幅7mmに切る。
- ⑥ 鍋を中火にかけて油を小さじ2かけ熱し、①、②、③、④、⑤、コーンを入れ、炒め、塩、こしょうをふる。
- ⑦ 全体に油がまわったら、酒を大さじ2加え、小麦粉大さじ1を全体にふり、粉っぽさがなくなるまで炒める。
- ⑧ 牛乳580mlを少しずつ加えしっかり混ぜる。
- ⑨ 固形スープの素をくずしながら入れ5分煮る。
- ⑩ ご飯を200g加えて、かぼちゃが柔らかくなるまで約5~6分煮る。



らくのうだよりに対するご意見、ご感想をお待ちしております。
また、投稿記事、詩、短歌、川柳などもどしどしご応募ください。

投稿は本所又は hr.bossoumu@celery.ocn.ne.jp までメールでご応募ください。

本 所 〒728-0023 三次市東酒屋町306番地の65

総務管理課 TEL(0824)64-2071
生産振興課 TEL(0824)64-2072 FAX(0824)64-2233
経営支援課 TEL(0824)64-2077

東 部 倉 庫 〒729-3431 府中市上下町上下1507番地4
高宮ミルクボーイ 〒739-1807 安芸高田市高宮町羽佐竹438番地6
みわTMRセンター 〒729-6614 三次市三和町羽出庭2992番地1
ミルクファームHARU 〒727-0004 庄原市新庄町291番地1
(食彩館しようばらゆめさくら内)
庄 原 倉 庫 〒727-0016 庄原市一木町224番地3

TEL(0847)62-3060 FAX(0847)62-2394
TEL(0826)57-0331 FAX(0826)57-1615
TEL(0824)52-3845 FAX(0824)52-3845
TEL(0824)75-4514 FAX(0824)75-4801

ひろくモーモー
FAX情報サービス
(0824)64-1510



ホームページアドレス <http://hiroraku.or.jp>

ひろく

検索



らくのうだより 広島 2019年(平成31年)1月(No.298)

発行/広島県酪農業協同組合 〒728-0023 三次市東酒屋町306番地の65 ☎0824(64) 2071 編集発行人/西中 晃 毎月25日発行
印刷/シンセイアート株式会社 〒727-0004 庄原市新庄町88-58(庄原地区工業団地) ☎0824(72) 7890(代)