



材料 (4人分)

《パンケーキ》	《トマトジャム》
ジャガイモ 4個	トマト 2個 (400g)
卵 2個	レモン汁 1/2個
小麦粉 大さじ2	砂糖 80g
バター 大さじ3	

1. ジャガイモの皮をむいてせん切りにし、卵と小麦粉を加えて混ぜ合わせる。ジャガイモは冷水にさらさないこと。
2. フライパンにバターを熱して、1の材料を流し入れ、弱めの中火で静かにふたをして焼く。ふちが焦げ色になったら裏返し、両面をこんがり焼き上げ、中まで火を通す。
3. 2を4等分にして器に盛る。
4. トマトのへたをくりぬき、熱湯にさっとつけて皮をむく。横半分に切って種を取り除き、ざく切りにする。
5. ほうろくなべに4を入れてレモン汁と砂糖を加え、中火にかける。木べらで時々混ぜ、あくをすくいながら、煮詰めてトマトジャムに仕上げる。
6. 3にジャムをかける。

1人分
エネルギー 147kcal
たんぱく質 2.9g
脂質 5.0g
塩分 0.1g

一口メモ…朝食や軽食におすすめです。トマトジャムがまるでイチゴジャムみたいになりますよ。

毎月19日は「食育の日」です。
「朝食は 今日が始まる 出発点」

つ・ぶ・や・き

◆今月の特集は、普段と少しおもむきを変え、因州和紙を深く知る内容にしました。みなさんに取材させていただく中で、和紙の美しさ、初めて気がつく新しい視点など、本当にいろいろ勉強になりました。今回の記事では、ページ数と私の能力の限界で、その片鱗しかお見せできないのが残念です。例えばこんなお話。因州和紙の見本帳を作られたそうです。「見本を作ったからには、同じものが作れなきゃいけない。それが職人です」。ああ、私もその気概を持たねば…。また、まちかどアルバムの子ちゃん泣き相撲では、その前に、地元の小学生たちの相撲が行われました。さわやかな戦いぶり、中には1分を超える大勝負もあって、ついつい撮影を忘れてたり…。気概が足らん! (拓)

〒680-8571 市役所本庁舎秘書課広報室
☎ (0857) 20-3159 ☎ (0857) 21-1594
✉ kouhou@city.tottori.lg.jp

MUSEUM

ミュージアムを 訪ねて

第7回

点施設の一つとして、イベント情報の案内と砂像づくり体験を行っています。砂像マイ

スターがいつでもお手伝いしますよ」と下澤館長。1階の奥には「ギャラリー流音砂」。幅42mの砂絵が圧巻です。お客さんの休憩の場としても好評とか。「作家の松尾多英

さんも、寝転んだり、飲み物を飲んだりしてゆったりしてほしいと言っています」とのこと。そして、今やサンド

パルのもう一つの顔「砂の美術館」。「砂で世界旅行・オーストリア編」のテーマで、第3期展示が始まったばかりです。「ハイドン没後200年を記念し、ウィーンの街を砂で再現します。砂の魅力を存分にお楽しみください」とPRに力が入る下澤館長でした。



砂の美術館第3期

「砂で世界旅行・オーストリア編
～貴族文化と音楽の都を訪ねて～」
会期 平成22年1月3日まで(無休)
開館 9:00～20:00 (入場は19:30まで)
入場料 大人300円 高校生以下200円
※小学生未満、障がい者手帳所持者は無料



読者プレゼント

「とっとり市報」へのご意見、ご感想をお寄せください。
抽選で5名様にプレゼントします。



因州和紙あぶらとり紙
(1パック 大判 50枚入り)

因州和紙あぶらとり紙

竹繊維を高配合した因州和紙が本来持つ自然の力で、余分な皮脂と汗をやさしく吸収します。吸脂、吸水性能を高めるための薬品添加・化学処理をしていませんので、安心してお使いください。大判サイズ50枚入りです。

【賞品提供】いなば和紙協業組合
☎ (0857)86-0211

応募方法 ハガキまたは電子メールに住所・氏名・電話番号・年齢を明記のうえ、「とっとり市報」を読んだ感想やご意見を添えて右記までお送りください。
※同じ名前での応募は1通として受け付けます。
締切 10月26日(月)(当日消印有効)

応募先 〒680-8571 鳥取市役所秘書課広報室
☎ shihou@city.tottori.lg.jp
「とっとり市報読者プレゼント」係
※本市ホームページからもご応募いただけます(トップページの「市報・公告」から入ります)。
※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。
※応募されたみなさんの個人情報は、プレゼントの発送にのみ使用します。