

ロールキャベツ風重ね煮



材料 (6人分)

キャベツ	500g	ミニトマト	6個
ひき肉 (合いびき)	300g	小松菜	1束
タマネギ 1個 (150g)		スライスチーズ (とろけるもの)	4枚
ニンジン 1本 (100g)		塩・こしょう	少々
コンソメ	2と1/2個		

1. ひき肉にみじん切りしたタマネギ・ニンジンを混ぜ、塩・こしょうを振る。
2. 小松菜をさっとゆで、3cm幅に切る。
3. キャベツをざく切りし、フライパンに敷く。その上に、1の3分の1程度をのばして全体にのせる。
4. 3の上に小松菜をのせ、3層になるように、キャベツとひき肉を重ねていく。
5. コンソメを少しの水で溶いたものを流し込み、ふたをして弱火で20分間煮る。
6. 火を止め、5の上にスライスチーズをかぶせるように置き、ミニトマトを置いてふたをし、2～3分ほど蒸らす。

1人分 エネルギー 180kcal
たんぱく質 13.1g
脂質 9.8g
塩分 1.2g

ーロメモー野菜たっぷりの主菜です。キャベツの甘みがよく出るので、薄味でもおいしくいただけます。

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

◆ご好評をいただいております、このページの「鳥取の逸品～伝統工芸士の横顔～」取材のたびに、素晴らしい作品について見入ってしまいます。作品をもっとよく見たいというみなさんも多いのではと拝察しておりますが、そんなみなさんに朗報です。3月10日(水)～15日(月)の10:00～19:00(最終日は～17:00)、鳥取駅前の鳥取大丸5階催場にて、「鳥取の伝統工芸士展」が開催されます。鳥取県伝統工芸士会に加盟しているみなさんの作品を中心に、郷土工芸品・民芸品の展示即売などを行うとのこと。ぜひこの機会に、郷土の素晴らしい作品をじっくりご覧ください。出品なさらない伝統工芸士もいらっしゃいますので、その点はあしからずご了承ください。(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



流しびな

たなかみやこ
田中宮子さん 郷土玩具制作
(柳屋 茶町)

郷土玩具の制作に取り組む田中宮子さんは、昭和59年に鳥取県認定伝統工芸士の認定を受けました。流しびなや張り子のお面など、約50種の玩具を制作しています。

田中さんの工房である「柳屋」は、田中さんのお父さんが、昭和3年に開業しました。お兄さんが後継ぎとしていっしょに制作をしていましたが、昭和37年に急な病気で亡くなります。そのときまだ独身であった田中さんが後を継ぐことに。「最初は本気ではなかったんですが、観光協会長さんが『柳屋に後継ぎができた』と発表してしまって。気にかけていただいていたんだと思い、それで覚悟を決めました」と田中さん。しばらくしてお父さんが亡くなった後は、ご主人の謹二さんが勤めを辞め、2人で制作に取り組んでいます。

目下の悩みは、張り子の材料の和紙がなかなか手に入らないこと。「この辺りの古紙は、鳥取大火で焼けてしまって。大火以前の和紙でないと、腰がなく、うまく作れないんです。最近ここに来られる方が、みな『こないだ処分してしまった』と言われるんですがね」と残念がります。



流しびなをつくる田中さん

鳥取の逸品
伝統工芸士の横顔

第4回

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。



美人らっきょうとらっきょうチョコの6種類セット

美人らっきょうセット

福部町産のらっきょうを100粒使い、5種類の味につけ込んだ「美人らっきょう」と、らっきょうを小さく刻んで香り高いチョコレートで包んだ「美人らっきょうチョコレート」の小箱のセットです。種類がたくさんあって目移りしそうですが、まずは味見をどうぞ。

【賞品提供】泊 総合食品(株) ☎ (0857)28-6211

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 3月24日(水)(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。