

アサリとザーサイのピリ辛あえ

シェフ永井 の おすすめ



ながい ともかず
永井 智一
茨城県笠間市にある
「天晴」(旧キッチン購人)
オーナーシェフ

材 料 (2人分)

- 糸トウガラシ…………… 適宜
- 韓国のり…………… 2枚
- ① (具材)
- むきアサリ(湯通しする)
 …………… 100g
- 白髪ネギ…………… 1本分
- キュウリ(千切り) 2本分
- ザーサイ(みじん切り)
 …………… 大さじ3
- ② (合わせだれ)
- 黒酢…………… 大さじ1
- ごま油…………… 小さじ2
- 白ごま…………… 小さじ1
- しょうゆ…………… 大さじ1
- コチュジャン… 小さじ2
- サンショウ…… 1つまみ

作 り 方

- ①ボウルで②を混ぜ合わせる。
- ②①に①を入れてあえる。
- ③皿に盛り付け、上に糸トウガラシとちぎった韓国のりをちらし出来上がり。



◎ JAの農産物直売所では、旬の食材を取り揃えて皆さまのご来店を心よりお待ちしております◎

<p>農産物直売所 母ちゃんハウスだあすこ 花巻市野田 335-2 ☎ 0198-24-2914</p>	<p>農産物直売所 すぎの樹 花巻市轟木 7-203 ☎ 0198-39-1788</p>	<p>北上産地直売所 あぜみち 北上市流通センター 601-8 ☎ 0197-71-1338</p>	<p>産 直 母ちゃんハウスだあすこ沿岸店 大槌町大槌 16-28 ☎ 0193-42-8151</p>
---	--	---	---

表紙をリニューアルしたところにお気づきいただいたらうか。「ぼらー」の伸ばし棒の上で羽を休めているフクロウが可愛らしく、とても好きなデザインだ。ご存じの方も多かるうが、フクロウは縁起物とされる。「不苦労」として苦労知らず、という意味を与えられたり、フクロウと「袋」が似ていることで「知恵袋」とされたり、兎角ありがたい存在なのだそう。福を運ぶフクロウのように、明るい話題をたくさん届ける広報誌であり続けたい。新しい装いに、そんな願いを込める。 千葉 西

この時期になると毎年頭を悩ませているのがゴールデンウィークの予定です。コロナ禍前は、4月中旬頃から「せつかくの連休なので出かけよう」と口癖でも行けそうな所を探していました。結局は「どこも混みそうだし」と計画を立てずに過ごしてしましました。問題は、そうして実際に予定を立てず連休に入ったとき「どこへ何をしよう」として余す結果になること。最近では感染対策で出歩けなかったため、今年こそ以前のように楽しく予定を考えて出かけてみようと思えます。 佐藤

