

# 直売所だより・きみまち杉ちよくん

## おすすめ商品

きみまち杉ちよくんでは、新鮮な農産物のほかにも、様々な加工品・工芸品を販売しています！『きみまち阪桜まつり』の開催に合わせ、桜にちなんだ加工品を販売しておりますので、ぜひご賞味ください！

- ① 桜大福
- ② 桜いろいろ
- ③ 桜塩漬け
- ④ 桜おやき



## 『うまいもの大集合in二ツ井』 4月26日(土)・27日(日)に開催!!

4月下旬から5月上旬まで開催される『きみまち阪桜まつり』内のイベントとして、今年も『道の駅』ふたついで、県内グルメが集結する『うまいもの大集合in二ツ井』が開催されます！



▲去年のイベントの様子

## ☆店舗紹介

二ツ井地区特産の山うど(12月〜4月)漬物用の小ナス(6月〜10月)をはじめ、その他の野菜、山菜、椎茸、加工品など、会員が真心込めて作った新鮮野菜や加工品が店頭にずらりと並びます。

お問い合わせ先  
0185-173-6610

# 旬の料理コーナー



## マーボーもやし

### ■材料 (2人分)

もやし	1袋(250g)
塩	小さじ1/2
サラダ油	大さじ1/2
長ネギ	10cm
ニンニク	小1片(5g)
シヨウガ	小1片(5g)
ニラ	1/2束(50g)
豚ひき肉	100g
サラダ油	大さじ1/2
豆板ジャン	小さじ1/2
てん麺ジャン	大さじ1
酒	大さじ2
しょうゆ	大さじ1/2
砂糖	小さじ1/2
中華スープのもと	小さじ1/2
かたくり粉	大さじ1/2

### ■作り方

(1人分240kcal)

(1) Bの野菜はみじん切りにします。ニラは3〜4cm長さに切ります。Cは合わせます。

(2) フライパンにもやしとAを入れて混ぜます。ふたをして、中火で約2分蒸し煮にします。ふたを取って約2分炒め、水分をよく飛ばし、一度取り出します。

(3) フライパンに油を温め、Bの野菜を弱火で炒めます。香りが出てきたら、豆板ジャンを加えてなじませます。

(4) (3)にひき肉を加えてほぐしながら、ぱらぱらになるまで中火で炒めます。

(5) Cをもう一度よく混ぜて加え、混ぜます。煮立ったら、もやし、ニラの順に加えて、さつと炒め合わせ、火を止めます。

♪食欲をそそるニラや

豆板ジャンで、美味しく

ヘルシーな料理です♪

