

甌島漁業協同組合長賞作品



カンパチの色どり巻き



10お魚料理
コンクールレシピ集

作り方

- ① カンパチは塩を振ってしばらく置く。
- ② ①を密閉容器などに移し、ひたひたになるように酢を注ぎ、冷蔵庫で約30分しめる。
- ③ 赤ピーマンと黄ピーマンはヘタと種を除き、千切りにする。キュウリも千切りにする。長ネギは白髪ネギにする。三つ葉は根を切っておく。
- ④ ②のカンパチを取り出し、巻きやすい薄さに切る。
- ⑤ ④の大きさに合わせて大葉を半分、ノリは適当な大きさに切っておく。
- ⑥ ④の枚数の半分に、薄くみそを塗り⑤のノリをのせる。残りの半分には大葉のみをのせる。
- ⑦ ⑥に③を好きな組み合わせで色どりよく巻く。
- ⑧ ⑦で円を作るように盛り付け、周りに飾り用の長ネギで作った白髪ねぎを置き、串切りにしたカボスを添える。
- ⑨ ニンニクをおろし、しょうゆと混ぜ、ニンニクしょうゆを作り添える。

材料(4人分)

カンパチ(刺身用)	250 g
塩	少々
酢	適宜
三つ葉	10 g
赤ピーマン	40 g
黄ピーマン	40 g
キュウリ	40 g
長ネギ	25 g
大葉	6枚
ノリ	1/2枚
みそ	7 g
(ニンニクしょうゆ)		
ニンニク	7 g
しょうゆ	30cc
(飾り)		
長ネギ	100 g
カボス	1/2個

審査員から一言

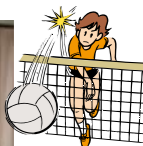
カンパチの刺身を酢しめにし、併せていろいろな季節の野菜も一緒に食べられるように考えられています。彩りもとてもきれいで、見るからに「おいしそう」と感じさせます。食べてまたびっくり、とてもおいしい!!

「10お魚料理コンクールレシピ集」から、甌島漁業協同組合長賞を受賞した「カンパチの色どり巻き」を紹介します。



アンジュ
HENRY jr FC KAGOSHIMA
チビっ子サッカー初優勝!

8月にあった南日本チビっ子サッカー2011年大会で、本市内の小学生から成るHENRY jr FC KAGOSHIMAが、見事初優勝を飾りました。チームメンバーらは8月30日(火)、向原翼副市長を表敬訪問。「本市の選手だけで、素晴らしい成績を残してくれて嬉しい」とねぎらいの言葉が贈られました。



九州大会で初の準優勝!
大村報徳学園女子バレー部

大村報徳学園女子バレー部が、8月にあった九州地区児童福祉施設球技大会で、初の準優勝に輝きました。8月29日(月)には、キャプテンの平明香さん(写真中央)と副キャプテンの萩原有香さん(写真左から3番目)らが岩切秀雄市長を表敬訪問。「決勝戦まで進めてうれしかった」などと語りました。



川内

皇室奉迎実現に向け
可愛山陵を清掃

8月28日(日)、今年で2回目となる可愛山陵の奉仕作業がありました。これは、皇室奉迎実現に向けて、可愛山陵奉迎準備委員会が企画したもの。今後も年4回ほど日本最古の陵をきれいにされる予定です。
*可愛山陵は、ニニギノミコトの陵墓と言われています。

【写真提供】=桐原写真館
【記事提供】=同委員会 竹内様



入来

迫力のオーケストラを
間近で堪能!

9月6日(火)、入来小学校で、鹿児島大学オーケストラによるミニコンサートが開催されました。薩摩川内元気塾による取り組みで、約70人の団員が計7曲の迫力ある演奏を披露。子どもたちは最初驚いた様子でしたが、どこかで耳にしたことがある曲に、自然と引き込まれていました。



東郷

山田地区の良さを再確認!
男女共同参画講演会

8月27日(土)、山田地区コミュニティセンターで、同コミュニティ協議会主催の男女共同参画講演会がありました。講師の橋渡よし江さんは地域の結びつきの大切さについて自らの体験談を講演。また、橋渡さんのアコーディオン演奏に合わせて、合唱する場面もあり楽しい講演会になりました。



手作りの器で
おいしく食事会

8月22日(月)、陶芸教室のメンバーら14人が参加し、手作りの茶碗を使っの食事会が行われました。同教室は介護予防教室の一環で昨年度から実施されているもの。参加者らは「みんなと手作りの器でいただく食事は楽しくて、おいしい」と、元気な笑顔を見せていました。