

おにかけうどん



今月ご紹介する「おにかけうどん」は、町で古くから大切にされてきた郷土料理です。

「とうじかご」と呼ばれる金ざるでとうじた(茹でた)うどんに、具だくさんの汁をかけて食べます。玉ねぎやしいたけ、ちくわなどの定番の具材に加え、細切り昆布や凍り豆腐が使われているのが特徴的です。

昔から家庭料理として親しまれてきた郷土の味を、子どもたちにも大切にしていってほしいと願い、給食に取り入れています。

材料 (4人分)

炒め油……………小さじ1	白菜……………2枚
豚もも肉……………40g	かつおだし…3カップ
ごぼう……………25g	濃口醤油
にんじん……………1/5本	…………… 大さじ1と1/2
玉ねぎ……………1/4個	みりん……………小さじ1/2
干しいたけ ……2g	酒、三温糖
ちくわ……………1/3本	…………… 各小さじ1
油揚げ……………1/2枚	長ねぎ……………1/2本
細切り昆布……………3g	うどん……………4玉
刻み凍り豆腐(乾燥) 5g	

作り方

- ① ごぼうはさがぎ、にんじんはいちょう、玉ねぎは5ミリスライス、しいたけはスライス、ちくわは半月、油揚げと白菜は短冊、長ねぎは小口に切る。
- ② 豚肉、ごぼう、にんじん、玉ねぎを炒める。
- ③ 肉に火が通ったら、だしを加えて煮る。
- ④ しいたけ、ちくわ、油揚げ、昆布、凍り豆腐を加える。
- ⑤ 白菜と調味料を加えて味を調えたら、長ねぎを加える。
- ⑥ できあがった汁をうどんにかけて、できあがり。

問い合わせ先 共同調理場(41)0237

誹謗中傷のない社会を目指す 「シトラスリボンプロジェクト」 をご存じですか

「シトラスリボンプロジェクト」とは、新型コロナウイルスの陽性となった方や医療従事者、エッセンシャルワーカー(生活維持に欠かせない職業に就いている方)が各々の暮らしの場所で「ただいま」「おかえり」と受け入れられる雰囲気を作り、暮らしやすい社会を目指す愛媛県発の市民運動です。

「シトラスリボンプロジェクト」に賛同し、連合長野では長野県や県内経済4団体と協力して「シトラスリボンピンバッジ」を作成しました。

このピンバッジは1個につき100円を「長野県未来ベース」を通じて、新型コロナウイルス感染症に対応してさまざまな支援を行っている県内のNPO法人、ボランティア団体へ寄付されます。

購入方法などについては、インターネットで「シトラスリボンピンバッジ」と検索してください。



問い合わせ先 日本労働組合総連合会長野県連合会 026(234)1626

短歌・俳句の世界

「短歌の会」と「御代田風の道俳句会」(五月会)から寄せられた代表作品です。

短歌

久しぶりに朝から晴天
歩行器押して日向ぼっこでコロナ殺菌
満月のおだやかに照る庭辺から
亡き友偲ぶる秋明菊に
国花なる誇りを示し桜葉は
紅の極みにはらと散り落つ

大井 藤子

桜井みさを

桑原アヤ子

俳句

〔御代田風の道俳句会〕
茎漬や鷹の爪柿柚子昆布
故郷の納屋の茎漬甃の味
七五三早孫達の自立せり
雲場池もみじモザイク後くみ
倒れ咲く小菊圃ふも畑仕事

俳句道場〔五月会〕

毛糸編む庭を横切る猫二匹
首里城の無音芭蕉の立ち枯るる

〔はい〕と立つ仮面の女神(国宝の土偶)

寒折(火の番の拍子木)

寒折やぬくぬくとして子よ眠れ
編みかけて明日へ転がる毛糸玉

大高 霧海

土屋 春雄

土屋 園子

石川 政司

石川 弘美

金沢 安子

武谷美智子

堀籠 幸子

窪田よし子

内堀 隆久

地域おこし協力隊御代田体験記

石川Report

皆さまこんにちは!先日は、町議会総務福祉文教常任委員会の皆さまと一緒に、人口が増加している原村へ移住・定住施策の視察研修に行ってきました。原村は八ヶ岳の麓で自然に恵まれ、大都市圏からのアクセスも良いという御代田町と似た環境で、移住者にも人気のエリアです。官民一体となった取り組みや、周辺の市町村との広域連携などとても勉強になりました。今後の町の取り組みや移住促進に生かしていければと思っています。



Profile

いしかわ むねる
石川 実
〔出身〕
神奈川県 横浜市



Facebook

Twitter

Instagram

御代田町
地域おこし
協力隊
二次元コード



Man Watching #248

寒くても
体を動かそう



- Q1 趣味は?
ジムで筋トレ
- Q2 おすすめのスポットは?
貞祥寺(佐久市前山)
秋は紅葉がきれいです。
- Q3 理想の人は?
よく食べる人
- Q4 夢・目標は?
ベンチプレス100キログラム、英語の勉強(窓口対応で生かしたい)
- Q5 まちづくりに一言
活気のあるまちづくりをお願いします。