

2 表紙紹介／米粉でつくろうかんたんレシピ集
年輪焼き

3 ニュース&ピックス 技術向上や研さんの努力を評価 ほか

6 特集 新生みどりサービス 始動!

8 営農のしおり 農作業事故を防ぐため安全・快適な環境を整えましょう!
園芸だより 長ねぎ栽培 定植から初期の管理ポイント

9 ピックアップアイテムズ 赤ちゃん米ギフト

10 ベジタブルライフ／健康百科

11 みどりちゃんの共済講座／
おしえて! ちょきんぎよさん。

12 みんなのふれあいひろば／
読者からのおたより

14 クロスワードパズル

15 インフォメーション／理事会だより／あとがき

16 水稲用一発処理除草剤 バッチリ

今月の表紙



ごはんをいっぱい食べるよ! 親子で「つや姫」おにぎり教室

JA全農山形や庄内地区のJAなどで構成する「おいしさかがやく庄内米・こめづくり運動」推進本部は3月6日、酒田市の酒田米葉で小学4年生の児童と保護者を対象にした親子「つや姫」おにぎり教室を開催しました。参加者はおいしいお米の炊き方やおにぎりの作り方、庄内平野の米づくりなどを学び、米を通じた交流を深めました。

お米の炊き方は食育インストラクターの渡部千佳子さん
と酒田調理師専門学校の教諭ら3人からポイントを確認。
計量カップに入った米を指で平らにする「すりきり」や、
蒸らしたご飯を釜の底から掘り起こす「天地返し」などに
チャレンジした他、「オランダせんべい」の工場見学と庄
内米の学習会も実施しました。炊きあがった「つや姫」は
梅干しやツナマヨ、チーズなどの具材でおにぎりに。参加
した児童は「のりや形でたくさん種類ができることが分か
った。また参加したい」と笑顔で頬張っていました。

教室は全国の小学5年生の社会科教科書で約7割が庄内
平野の米づくりを題材にしていることから、予習と食育の
場を設けて親子で庄内米のファンになってもらおうと初め
て開催。庄内地区の親子16組31人が参加しました。

女性部が教えます!
米粉でつくろう
かんたん
レシピ集

年輪焼き (上田支部)

米粉のお買い求めは
お近くのAコープ各店や
農産物直売所
「みどりの里山居館」へ

■材料

バター.....50g	パンケーキミックス..100g
砂糖.....60g	(国産米・玄米タイプ)
卵.....2個	牛乳.....大さじ2

■作り方

- ①バターは耐熱容器に入れて湯せんにかけて溶かします。パンケーキミックスはふるっておきます。
- ②ボウルに卵を入れてほぐし、砂糖を加えて湯せんにかけるながら混ぜます。卵液が人肌程度になったら湯せんからおろし、白っぽくもったりするまで泡立えます。
- ③②に①のバターを加えてよく混ぜます。ふるっておいたパンケーキミックスも加えてさらに混ぜ、牛乳を加えます。
- ④卵焼き器を中火で温め、お玉しゃくし1杯分の生地を一面に流し入れます。表面がふつふつとして裏面に焼き色がついたらひっくり返し、焼き色のついた面にお玉しゃくし1杯分の生地を流し、全体に広げます。同じ作業を生地がなくなるまで繰り返します。
- ⑤焼きあがったらあら熱をとり、お好みの大きさに切り分けて完成です。

レシピのバックナンバーは当JAホームページでご覧いただけます。