

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

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。



## 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。