

家族で話そう、一緒に食べよう
毎月19日は『食卓の日』

made in
ながさを
食べよう!!

お料理 レシピ



大根と里芋の煮しめ



【1人分 238kcal】

今回のレシピは、ながさき味わいの匠に認定されている外海大中尾地区「がんばろう会」の川口カズエさんのレシピ。川口さんが作るお煮しめは甘くてほっこり、まさにおふくろの味!!

道の駅夕陽が丘そとでも販売されていますので、ぜひ、味わってみてください。

●●●●● 材料(4人分) ●●●●●

- ◎里芋…500g
- ◎大根…小1/2本
- ◎人参…1/2本
- ◎厚揚げ…1/2枚
- ◎こんにやく…1/2枚
- ◎オクラ…5本
- A:だし汁…750cc、砂糖…100g、塩…小さじ1、薄口醤油…50cc

◎作り方 ●●●●●

- 1 大根の皮をむいて、1cmくらいの厚さに切ってから、鍋で4~5分ほどゆでてアクをとる。
- 2 里芋の皮をむいて、塩でもみ、ぬめりをとって水で洗い流す。
- 3 こんにやくを2~3mmの厚さに切って、塩でもみ、水で洗い流す。
- 4 人参の皮をむいて、5mmくらいの厚さに切る。
- 5 厚揚げを食べやすい大きさに切る。
- 6 オクラを軽く洗ってヘタをとる。
- 7 1~6とAを鍋に入れ、強火で沸騰させた後、中火で里芋に火が通るまで煮込んで、味をしみこませて完成。

ながさき和・華・蘭メニュー提供店舗募集!

「ちゃんぽん・皿うどん」など、長崎ならではの料理を提供するお店を募集。対 次のすべてを満たす飲食店 ①市内の飲食店 ②長崎の食材を積極的に使用または、長崎ならではの料理を提供。他 詳しくはホームページ「ながさきの食」で確認するか電話でお尋ねください。

冬は長崎 鯛まつり(12月1日~3月31日)

長崎ならではの「鯛料理」を提供するお店を募集。対 次のすべてを満たす飲食店 ①市内の飲食店 ②長崎の食材を積極的に使用。他 チラシ・ポスターなどで協力店舗のPRを行います。詳しくはホームページ「ながさきの食」で確認するか電話でお尋ねください。

〈問い合わせ〉◎ながさきの食推進室 ☎820-6568

ちよこつと外国語講座

クルーズ客船の入港日、まちなかにはたくさんの外国人観光客が。

今回は、日本語で「長崎くんちは長崎を代表するお祭りです。」という言葉です。

英語 ザ ナガサキ クンチ フェスティバル
The Nagasaki Kunchi Festival
イズワン オブ ザ シティーズ モースト
is one of the city's most
フェイマス フェスティバルズ。
famous festivals.

中国語 チャンチー コンジー スー チャンチー ダイバウジン
长崎 宮日节 是 长崎 代表性
的 节日。

韓国語 ナガサキクンチヌン ナガサキル
나가사키쿤치는 나가사키를
대표하는 축제입니다。
대표하는 축제입니다。



港まち・長崎を訪れるクルーズ客船に会いに行こう。 汽笛が鳴る方へ

⚓ 入港予定スケジュール 日時などは変更になる場合があります。

船名	寄港予定日時	場所	トン数	船籍
ハンセアティック	10/ 2(水) 8:30~19:00	松が枝	8,378	バハマ
ぱしふいっくびいなす	10/ 7(月) 12:00~22:00	松が枝	26,594	日本
ダイヤモンド・プリンセス	10/11(金) 6:00~18:00	松が枝	115,875	バミューダ
飛鳥II	10/17(木) 11:00~16:00	松が枝	50,142	日本
飛鳥II	10/20(日) 15:00~21:00	松が枝	50,142	日本
シルバー・シャドー	10/24(木) 8:00~19:00	松が枝	28,258	バハマ

旅立ちの汽笛に向かって手を振ろう!

出港する時は、ブラスバンドの演奏や龍踊などで、長崎の最後の思い出をプレゼントするイベントを開催しています。ぜひ、あなたも一緒に手を振ってお見送りをしませんか。



〈問い合わせ〉◎アジア戦略室 ☎829-1414 クルーズ客船情報 ホームページ「クルーズながさき」で検索!

特集

市政

長崎市民

プレゼント

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演講座

もよおし

おしらせ

募集