

made in
ながさを
食べよう!!

お料理 レシピ



しょうが つくだに 生姜の佃煮



【(1食分20g)67kcal】

今回は、9月に「ながさき味わいの匠」に認定された「井手果樹農園加工所オレンジ・コテージ」の井手順子さんにご提供いただいたレシピです。

11月は生姜の旬!長崎市では東長崎地区で生姜がよく収穫されており、「生姜の佃煮」が保存食として家庭で人気の一品だそうです。白いご飯にのせるだけでご飯がどんどん進みます!

●●●● 材料 ●●●●

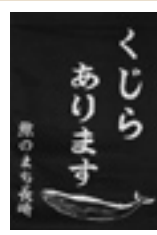
- ◎生姜…500g
- ◎いりこ…60g
- ◎いりごま…適量
- A:醤油…135cc、砂糖…250g、水…180cc、酒…100cc、みりん…25cc

◎作り方

- 1 生姜の皮をむいて、千切りにする。
※食感を楽しみたい人は大きめに切る。
- 2 沸騰したお湯に1を入れて、約10分ゆでる。生姜の辛みが苦手な人は、ゆでた生姜を一晩水にさらす。ゆで汁は捨てないでくださいね!
- 3 2を水で洗って、軽く水気を切る。
- 4 3といりこ、Aを鍋に入れ、中火で煮込む。
- 5 煮汁が半分くらいになったら、いりごまを入れ、混ぜる。
- 6 水分がなくなるまで、焦がさないように火加減を調整しながら、かき混ぜて煮詰めると完成。

匠の耳より情報!

2で出たゆで汁に適量の砂糖を入れれば「ジンジャーシロップ」に変身!このシロップとミルクを紅茶に入れば、「ジンジャーミルクティー」の出来上がりです。ゆで汁も無駄になりませんね。生姜は血液の循環を良くし、発汗作用があるので、風邪にも効果があると言われています。



ながさき今昔くじら料理フェア (11月1日~30日)

長崎伝統の食文化である「鯨料理」。期間中は、市内料理店で趣向をこらした鯨料理を味わうことができます!鯨にまつわるプレゼントが当たるキャンペーンも実施中です。

〈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「紅葉はちょうど見頃です。」という言葉です。

英語 ジェ オータム リーブズ アー ナウ
The autumn leaves are now
at their best.

中国語 シェンガイ ガンハオ スー グァンジャンホンイエ テ
现在 刚好 是 欣赏 红叶 的
季节。

韓国語 ダンパンノリ カギ タッ チョウンシギム
단풍놀이 가기 딱 좋은 시기입니다.



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

①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
ぱしふいっく びいなす	11/19(火) 10:00~23:00	松が枝	26,594	日本

日時などは変更になる場合があります。事前にアジア戦略室へお尋ねになるか、下囲みのホームページで。クルーズ客船の寄港中は、松が枝国際観光船頭岸壁への立ち入りはできません。フェイスブック(<https://www.facebook.com/nagasakiintl>)でも入港情報を発信中。

Nagasaki welcomes you! (ようこそ長崎へ)

入港する時は、ブラスバンドの演奏や龍踊などで、長崎らしく出迎え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出迎えませんか。



〈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!