



①おから入り甘酢和え



②山芋入り酢の物



③柚子香り酢の物



④里芋のみそ和え



⑤えのきのたらこ和え



⑥和風サラダ



⑦ドレッシング



⑧オイスターソース炒め



⑨佃煮



⑩まき巻き



⑪エスニック



⑫煮いなり



⑬シフォンケーキ



⑭だし汁の甘酒



⑮いきなり餅

Recipe contest

三ツ星メニューずらり

水前寺菜「御船川」アイデアレシピコンテスト

水前寺菜「御船川」アイデアレシピ料理コンテストが12月13日、保健センターで開催され、自作の三ツ星レシピで腕前を競いました。

「御船川」は、本町が熊本の伝統野菜「水前寺菜」をブランド化して、生産や商品開発に力を入れているもの。ポリフェノールが豊富で、老化の解消、抗がん効果、血圧降下などの健康野菜として注目されています。本企画は、メニュー化と消費拡大を目指した初の試みです。

コンテストでは、「御船川」料理を10人が持ちより、審査委員5人が試食しました。審査は▽個性▽食欲▽普及性―など5項目で採点。最優秀レシピには、鍋島千代子さん（辺田見）の「柚子香り酢の物」が選ばれました。

審査員の三原明子さん（熊本市）は、「和え物が多く、素材の特徴が生かされていた」と講評しました。町はメニュー15品をレシピ化する予定で、PR活動を強化します。



←アイデアレシピで最優秀に選ばれた鍋島千代子さん（中）、優秀の高橋キヨ子さん（左）と、河野静江さん（右）

◎アイデアレシピ出品者（敬称略）

高橋キヨ子①⑦	藤本あけみ⑨
坂口アキ子②⑤	須賀とよこ⑪
鍋島千代子③⑧	河野 静江⑫⑭
山下 敬子④	清水 聖⑬
福嶋 峯子⑥⑩	緒方 逸子⑮

御船川は、熊本の伝統野菜「水前寺菜」を御船町がブランド化したものです。かあちゃん市、JAみふね青空市、黒潮市場、マルショク、酒井商店、きくや、米村商店の町内7店舗をはじめ、鶴屋百貨店、サンリブ、マルショク、ハローグリーンの県内主要店舗で好評販売中。詳しくは役場経済振興課農林企画係まで（☎282-1607）

◆一昨年の暮れから昨年の初めにかけて、タイガーマスクブームが世の中を駆け巡り、私たちの心を和ませてくれました。しかし、3月11日に東日本大震災が発生。一転して心を暗くしてしまいました。その後、御船町、日本全国、諸外国からも、勇気と元氣と復興を願って、支援品、義援金が寄せられ、心の温かさが身に染みる1年でした。◆御船町では「広報」でご紹介してきましたように、明るい話題がたくさんありました。今年もいろんな情報を正確、迅速にお伝えして、皆さまの期待に添いたいと思います。

◆明けておめでとうございませう。昨年は「広報」にご協力をいただきありがとうございました。さて、昨年一年間を漢字で表現すると「絆」と発表されました。わが家では、今年も、一年間を「真（まこと）感謝を忘れず」に、合言葉に、和気あいあいの家庭になればと思います。御船町にとつて昨年以上の光輝く1年になればという思いを込めて、本年も「広報」をよろしく願いします。「ガンバろう日本！」笑顔で明るい年に。

◆沢山の人が笑顔が届けられるそんな一年でありますように。

◆前を向いて、元氣と幸せを探しに、今年もかけます。

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮

編集後記



広報 みふね No.530

携帯サイトはこちらから→

発行/御船町役場 編集/総務課 〒861-3296 熊本県上益城郡御船町大字御船995-1
TEL.(096)282-1111(代) FAX.(096)282-2803 ホームページ <http://www.town.mifune.kumamoto.jp/>
印刷/ホープ印刷株式会社

