



今月号の表紙

市内各地で行われた秋祭り。有明町大浦地区の大浦阿蘇神社例大祭では、勇壮な獅子舞が披露され、多くの見物客でにぎわいを見せていました。

編集後記 あとぜき



先日、魚釣りへ。数年ぶりのことに、子どもたちはワクワク。しかし、なかなかあたりがきません。結局、成果はアジ1匹。それでも子どもは刺身にして食べると「自分で釣ったアジだけにあじは格別」とうれしそうでした。【剣】



最近、夜寝ていると「カラカラ」と部屋の扉が開く音が。スーッと風が入ってきたかと思うと、何かふとんの中で動くものが！よく見るとうちの猫さんたちでした。このごろ肌寒くなってきたので、毎日「暖」をとりにきています。【風】



道を歩いていると、どこからともなく甘くて良いにおいが。秋の訪れを告げる「キンモクセイ」の香りでした。大好きな香りを鼻から思い切り「スーッ」と吸引。妻に頼まれた「おつかい」のおかげで、リフレッシュができました。【素】

市政だより
天草

【編集・発行】

熊本県天草市役所

総務部秘書課広報広聴係

〒863-8631 天草市東浜町8番1号

TEL 0969-23-1111

FAX 0969-22-7016

URL <http://www.city.amakusa.kumamoto.jp/>

E-mail hisyoka@city.amakusa.lg.jp

天草印 農林水産物

Vol.19

オリーブ



特産化を目ざしているオリーブの実の収穫が始まっています。現在、市内では約37ヘクタールで1万6千本のオリーブの木が栽培されており、主に実を搾ってオリーブオイルにされます。



手軽に美味しく

ざざっと
レシピ

チキンのポトフ風

鶏肉にしっかりと酸味がついているので、酸っぱいものが好きな人にはたまりません。ぜひ、お試しください。

材料・分量（約4人分）

鶏のもも肉	250 g	ローリエ	2枚
塩・こしょう	各少々	酢	100cc
キャベツ	400 g	④ オリーブ油	大さじ1杯
パプリカ（赤）	1個	塩	小さじ1杯
ブロッコリー	40 g	こしょう	少々

作り方

- ①鶏肉に塩・こしょうをすり込み、一口大に切る。
- ②キャベツは4cm幅のざく切り、パプリカは種を取り除いて乱切りにする。ブロッコリーは小房にしてゆでる。
- ③なべに①・②とローリエを入れ、④を加えてふたをして20分ほど蒸し煮する。煮立つまでは強火、煮立ったら弱火にし、ブロッコリーを加える。

提供：市食生活改善推進員協議会