

おいしい あんじょう

今月は
「小松菜」「梨」



小松菜のビビンバ丼

材料(2人分)

牛こま切れ肉…………… 120g
ごま油…………… 小さじ1
調味料④
[料理酒 …………… 大さじ1
砂糖 …………… 小さじ1
しょうゆ …………… 大さじ1/2
おろしんにんにく… 小さじ1/4
おろし生姜 …… 小さじ1/2
ごはん…………… 丼2杯分
白菜キムチ……………80g
温泉卵…………… 2個
糸唐辛子……………少々

【ナムル】
小松菜…………… 2株
もやし…………… 1/2袋
にんじん……………30g
調味料⑤
砂糖 …………… 小さじ1
しょうゆ …………… 小さじ2
だし粉 …………… 少々
ごま油 …………… 少々
すりごま …………… 少々

つくり方

①牛こま切れ肉に④で下味をつける。
②フライパンにごま油を入れて熱し、①を炒める。
③にんじんを千切りにし、もやしと一緒にさっと茹でて、水気を絞り、混ぜ合わせた⑤に熱いうちに漬け込む。
④小松菜を茹でて、水にとって冷まし、水気を絞り、3cmの長さに切る。
⑤④を③に漬け込み、全体を混ぜ合わせる。
⑥丼に温かいごはんを盛り付けて、②、⑤、白菜キムチを彩りよくのせ、温泉卵と糸唐辛子を添えて完成。

梨クイズ!

- Q1 日本で梨が食べられ始めたのはいつ?
①弥生時代 ②室町時代 ③江戸時代
- Q2 安城市で誕生した梨はどれ?
①幸水 ②甘ひびき ③あきづき

A 答えは右記のイベント情報QRコードを確認してください!

小松菜で彩り豊かに♪
野菜も摂れるがっつり系メニューです



SDGs(地産地消)市役所食堂イベント企画

●日時 8月25日(金)午前11時～午後1時30分
●スペシャルメニュー
小松菜のビビンバ丼(味噌汁付き) 720円(60食限定)

スペシャルメニューを注文した人に安城産梨を使った「梨カップケーキのコンポート添え」をプレゼント!(先着20人)



当日は、JAあいち中央が「安城梨(豊水)」の販売を行います!(数量限定)

各種SNSで「おいしいあんじょう」について発信中!



各種SNSのリンク、イベント情報



旬の野菜を使ったレシピ

問▶農務課 (☎71)2233)

〈地産地消への取り組み〉 このコーナーで紹介する農畜産物は、市内産直施設や小売店で購入できます。



安城市民憲章

わたくしたちは、

- * たがいに助け合い、住みよいまちをつくりましょう。
- * きまりを守り、良い習慣を育てましょう。
- * 自然を愛し、きれいな水とみどりのまちをつくりましょう。
- * 教養を高め、若い力を育てましょう。
- * 健康で、明るく楽しい家庭をつくりましょう。

急病のときは

- 1 まずは、かかりつけ医へ
- 2 休日夜間急病診療所(保健センター併設/☎76)2022)へ

科目	診察日	受付時間
内科・小児科	(月)～(金)	午後8時～10時
	(土)	午後5時～9時
歯科	(日)・(祝)・年末年始(12月30日～1月3日)	午前8時30分～11時30分、午後1時～4時30分、午後5時30分～9時(午後5時30分～9時は内科・小児科のみ)

- 3 救急医療情報センター(☎36)1133/毎日24時間受付)
- 4 子ども医療電話相談 受付日時→毎日午後7時～翌日午前8時 電話番号→短縮番号#8000又は(☎052)962)9900)
- 5 八千代病院(☎97)8111)、安城更生病院(☎75)2111)

人口・世帯 ()内は前月比(令和5年7月1日現在)
総人口 188,441人 (-43)
男性 96,410人 (-72)
女性 92,031人 (+29)
世帯数 78,480世帯 (+36)

6月の火災・救急
火災 10件(うち建物 6件)
救急 778件(うち急病 570件)

6月の犯罪・事故 (年間累計/前年比)
刑法犯 93件(495件/ -34)
人身交通事故 31件(277件/ +18)
┌ 負傷者 32人(304人/ +9)
└ 死者 0人(1人/ -2)