



教えていただいた人
梅津たまさん(萩野)

内陸地域は醤油味に牛肉が定番。
味入り醤油を混ぜると、なお
おいしく仕上がります。



今月の旬
「里芋」

旬の“うまい”を 発見 菜

さいはっけん

地域おこし協力隊が見つけた、
しらたかの旬の“うまい”をご紹介します。
地元の食材で作ることのできる味を、
皆さんのご家庭でもぜひどうぞ。

芋煮

材料 (約1人分)

里芋……………100g	こんにやく……35g
牛肉……………35g	醤油……………大さじ1
ねぎ……………20～30g	砂糖……………隠し味程度
きのこ……………25g	酒……………大さじ2/3
(今回は舞茸)	水……………600ml
大根……………50g	

作り方

- ① 大根をいちょう切りにして茹でる。(串が通るようになるまで)
- ② こんにやく、里芋を入れて①と一緒にアケを捨てながら醤油と酒で煮る。
- ③ 芋が煮えたら牛肉を入れる。
- ④ 味が染みてきたら砂糖を少し入れ、きのこねぎを入れる。



裏ワザ!
*こんにやくは味が染みるようにちぎるまゝに割りばしで全体を刺す。
*湯吞やコーヒーカープなどのふちで押してちぎると均等の大きさになる。



山形といえば芋煮。芋煮とひとこと言っても庄内風や内陸風など土地土地で個性があって味付けや具材が違うことをこっちに来て初めて知りました。奥が深い……今回は大根が入る置賜風を教えてくださいました。
芋煮は里芋たっぷり腹クッチー！山形県人としてサラッと芋煮を作れるように頑張ります。



地域おこし協力隊
遠藤真弓さん

豚肉に味噌味の庄内風も
気になる……。



▼今回の選挙事務では、投票所にカメンシが大量発生してちよとしたハプニングに……。カメンシが多い年は大雪になると言いますが、今年の冬はどうでしょうか。

▼大地震の前など、虫や動物の異常行動が見られると言いますが、災害を予知する不思議な能力を備えているのでしょうか。ただ、残念ながら私たちがはそのような能力はありません。「災害は突然いつどこで起きかわからない」——このことを常に頭の片隅に置いて生活しようというが、いよいよときに自分の身を守るためにつながらぬのだと、防災訓練、避難訓練に参加して感じました。

▼全日本こころの歌謡選手権大会。実は私も1次予選にエントリーしました。結果は皆さんお察しのお通り……。田勢さんは、この大会を今後10年は続けていくとおっしゃられました。歌が好きであれば誰でもエントリーできますので、次回はぜひ皆さんも参加してみてくださいいかがでしょうか。ちよと悔しかったので、私もまだリベンジしたいと思えます。(つひか)