

広報うき

平成20年

2.1

No. 61

フルーツたまねぎ

独特の甘味、
みずみずしい歯ざわりが
サラダに最適。
和・洋・中間わずの万能選手で、
血液サラサラパワーにも注目。



旬の簡単レシピ

フルーツたまねぎの梅酢和え

材料 (6 人分) 1 人分 62kcal

	フルーツたまねぎ	1 ケ
	梅	2 ケ
A	薄口しょうゆ	大さじ 2
	酢	大さじ 2
	みりん	大さじ 1
	サラダ油	大さじ 2

作り方

- ①フルーツたまねぎは薄くスライスしておく。
- ②梅の種を取り、細かく刻む。A の調味料を加え、よく混ぜる。
- ③①を小鉢に盛り、②をかける。



協力：宇城市食生活改善推進員協議会 三角支部



葉の部分も煮たり炒めたりすると、おいしくいただけます。

わたしたちの街

平成19年12月末現在(前月比)

●人	口	63,948人	(-21)
●男	性	30,178人	(-11)
●女	性	33,770人	(-10)
●世帯数		22,001世帯	(-1)
●面	積	188.56km ²	

▼成人の日を迎えられた皆さん、おめでとうございます。懐かしい友人との再会の場となった会場は笑顔と歓声が絶えませんでした。自分の成人式はとくくのわかしでしたが、20歳の皆さんからパワーをもらった気がします。

▼新年も、はや1カ月過ぎ。お仕事、学業に励まれていることでしょう。そんな2月に来る国民的記念日バレンタインデー。バレンタイン用のチョコも15日以降は安くなっていると思うので買いに行こう。

(極)

おめでとう

祝 成人式

2008.1.13 ウイングまっばせ

R100

PRINTED WITH SOY INK

発行 / 熊本県宇城市 編集 / 総合政策課 〒869-0592 熊本県宇城市松橋町大野 85
TEL (0964) 32-1803 FAX (0964) 32-0110 ホームページアドレス <http://www.city.uki.kumamoto.jp>
印刷 / 敷島印刷株式会社

広報うき 2008・2・1

UKI CITY February