

れんこんバーグの野菜あんかけ

シャキシャキの食感のれんこん入りのハンバーグです。れんこんをすりおろして加えると、また、違った食感が楽しめます。



栄養成分(1人分)

エネルギー208kcal、たんぱく質14.4g、脂質8.8g、塩分2.9g

材料(4人分)

れんこん(粗く刻む)…200g	だし汁……………1カップ	
玉ねぎ(みじん切り)…1/2個	B {	
鶏ひき肉……………200g		酒……………大さじ1
A {		塩……………小さじ1
		卵……………1個
	パン粉……………1/4カップ	しょうゆ……………小さじ1
酒……………大さじ1	えのき茸(根元を切落とし3等分)……………40g	
植物油……………大さじ1	人参(5cmのせん切り)…20g	
	片栗粉……………小さじ2	
	水……………大さじ1	
	ねぎ(5cmのせん切り)…1本	

作り方

- れんこん・玉ねぎ・鶏ひき肉・Aの材料を加えて、小判型に形を整えフライパンで焼く。
- 鍋にだし汁・Bを加えて煮立て、えのき茸・人参を加える。水溶き片栗粉を加えてとろみをつけ、ねぎを加える。
- ①のれんこんバーグを器に盛りつけ、②の野菜あんをかける。

好評企画

●プレゼント 2月号締め切り:2月28日(月)必着

市内在住・在勤の方を対象に、撮影に使用した笠間焼の器を抽選で1名様に差し上げます。このコーナーや広報紙への感想等を添えて、住所・氏名・電話番号を明記の上、秘書課広報広聴グループまで、はがき(持参可)でお申し込みください。

※当選者には、電話でご連絡を差し上げますので、市役所本所秘書課まで器を受け取りに来てください。

●募集!

撮影に使用する笠間焼を提供してくれる協力店(者)を募集しています。詳しくは、市役所本所秘書課までお問い合わせください。ご応募お待ちしております。



【笠間焼の提供】
加賀たいち工房(来栖)
サイズ:約17.0cm×22.0cm

かさま ぼけっと

子育て支援のページ

23



イラスト協力
笠間高校美術科

笠間市多子世帯応援事業

3人以上のお子さんがある家庭で保育所(園)に2人以上のお子さんが通っている場合、その年度に支払った保育料の一部(最高月額5千円)を助成します。3月上旬に各保育所(園)に申請書類を配布しますので、該当する方は、3月下旬までに各保育所(園)に補助金交付申請書を提出してください。補助該当世帯の3月分保育料の納入確認後、4月下旬から5月上旬に助成します。

【補助対象児童】

次の要件をすべて満たす児童が対象者です。

- 第3子以降の3歳未満の児童
- 保育料が半額に軽減されている児童
- 保育料階層区分が第2階層から第5階層に属する世帯の児童
- 当該年度の保育料に未納が無く、笠間市に住所を有する世帯の児童

【問合せ】

笠間市役所(本所)子ども福祉課 保育グループ

かさまぼけっとアドレス

<http://www.city.kasama.lg.jp/kosodate/index.html>

問合せ：子ども福祉課 (内線 164)

人口と世帯数 (常住人口1.1現在)

- 人口 79,179人 (-8人)
- 男 38,803人 (+13人)
- 女 40,376人 (-21人)
- 世帯数 28,275世帯(+27世帯)
- 12月の出生者数 49人

○広報かさまに掲載されているあなたの写真を差し上げます。お問合せは秘書課(内線225)まで。



再生紙を使用しています。

○市ホームページモバイル版では、行政・災害などのさまざまな情報をお届けしています。

アドレス
<http://www.city.kasama.lg.jp/mobile/>

