

# 史上最長そばいなり寿司

2月7日、笠間稲荷神社の参道で、「史上最長！そばいなり寿司巻き」に挑戦するイベントが開かれ、昨年の50・3歳を一気に上回る54・1歳の記録を達成しました。

この催しは、笠間稲荷寿司推進会議などが「笠間初午いなり寿司まつり」の目玉として企

画したもので、市内外から約150人が参加しました。一直線に並べられたテーブル上に、油揚げと常陸秋そば、具のきゅうりを隙間なく敷き詰め、掛け声とともに一斉に巻くと、昨年を3・8歳上回る史上最長のそばいなり寿司が完成。会場からは歓声が沸き起りました。

## 参加 150 人が歓喜 昨年を上回る 54.1 歳を達成

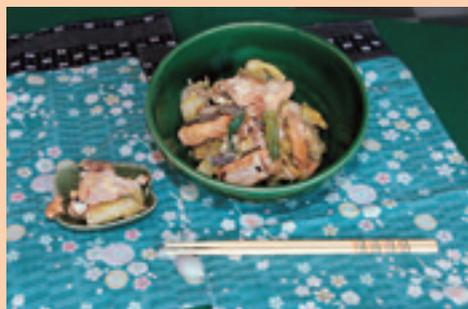


約150人が呼吸を合わせた「史上最長！そばいなり寿司巻き」

食生活改善推進員が紹介する

## かさま食彩

春がやって来ると、いろいろな野菜が食卓に並ぶようになりますね。今回はキャベツをたくさん使ってチャンプルーにしました。冷蔵庫に残っている野菜を使っても、手軽にごちそうになります。



**栄養素量 (1人分)**  
エネルギー…294kcal  
たんぱく質…11.5 g 脂質…23.7 g 塩分…0.7 g

## 春キャベツ入りチャンプルー

材料 (4人分)

厚揚げ…200 g 植物油…大さじ2  
春キャベツ…350 g 卵…2個  
長ネギ…1本 塩・こしょう・酒…適宜  
豚三枚肉…100 g だし汁…50cc

作り方

- ①厚揚げは湯通しをし、1.5cm幅に切り、水切りをしておきます。
- ②キャベツは一口大に切り、長ネギは斜め薄切り、豚肉は5mmの棒状に切って酒をふっておきます。
- ③フライパンに植物油大さじ1を熱し、水けを切った厚揚げに塩をふって両面を焼きつけて取り出します。
- ④③のフライパンに植物油を大さじ1を足し、豚肉をよく炒めてから長ネギ、キャベツの順に入れて炒めます。しんなりとしたらだし汁と厚揚げを戻し入れ、塩・こしょうで調味し、少々煮込みます。
- ⑤ときほぐした卵を回しかけてサッと炒め、合ませます。