



# おいしいお料理レシピ

高橋和子

## ●ゆで豚の四川風味

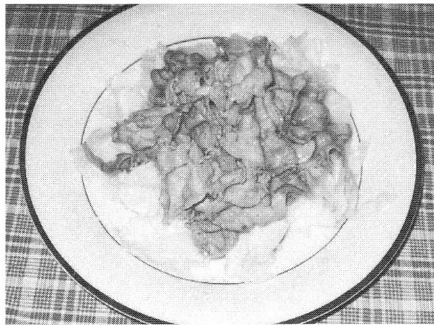
〈材 料〉4人前

- ・豚ばら肉（薄切り） 200g
- ・キャベツ 1/2個
- ・白髪ねぎ 少々

- たれ
- にんにく（みじん切り） 小1
  - 豆板醤 小1
  - しょうゆ 大4
  - 酒 大1・1/2

〈作り方〉

- ①豚肉……5～6cm長さに切り、熱湯でゆでてたれにつけ、よくからめる。
- ②キャベツ……大きく切って、サッとゆで、器に盛る。
- ③②の上に豚肉をたれごとかけ、白髪ねぎをのせて、食卓であえて食べる。



ゆで豚の四川風味

## ●黒米のおはぎ

〈材 料〉(30～38ヶ)

- ・黒米 C2
- ・水 500cc } 2時間前に研ぐ  
（炊飯器の白米の所目盛り） } 水につけておく
- ・酒 大2
- ・砂糖 大4（炊き上がってから入れる）

〈中あん〉

- ・白あん 400g（1ヶ10g位に丸める）  
（300gでもよい）

〈作り方〉

- ①炊き上がったごはんに砂糖を加えて米をつぶす。
- ②中あんは1ヶ10gに丸めておく。
- ③黒米の方は1ヶ（大1位）の分量を取って包餡する。



黒米のおはぎ

高橋和子お菓子教室 TEL055-931-2515

### 総務・厚生だより

◎お悔やみ申し上げます

渡辺みどり 先生（沼津地区） 配偶者様  
山田佳世 先生（東豆地区） 義母様

### 三月・三月行事予定

◎二月三日(日)

第四回 段位審査会  
公益法人移行委員会

◎二月十一日(月)

建国記念の日  
第二十七回 教材教具研究会

◎二月十七日(日)

予算編成会議  
◎二月二十三日(土)

第三五三回 暗算一〜八級検定  
静珠協珠算検定

◎三月三日(日)

第四回 正副支部長会  
第四回 執行部長会

◎三月十日(日)

新常任委員会  
◎三月十七日(日)

第三五四回 全珠連珠算検定  
暗算段位検定

◎三月二十四日(日)

第五回 段位審査会  
珠算教養講座

◎三月二十五日(月)

第五十九回 全国珠算研究集会（大阪）  
◎三月三十一日(日)

第五回 正副支部長会  
第五回 執行部長会

### 昇段者氏名

◎第三五二回 珠算検定試験

九段 鈴木淑礼（県立浜松商業高 一年）

八段 大橋直紘（県立浜松商業高 一年）

六段 馬渕里帆（県立浜松商業高 三年）