

食の國^{くに}ふくい

福井の美味しい食材

「油揚げ(厚揚げ)」



福井県で「油揚げ」と言えば、一般的には厚揚げのこと。かつては、お盆やお正月、冠婚葬祭の時にだけ作るごちそうでした。また、浄土真宗最大の催事「報恩講」の昼食に欠かすことができない、県民になじみ深い食材でもあります。原料の大豆は良質なタンパク質を豊富に含み、坂井市の竹田地区では、1月初めの「寒の入り」に厚揚げを食べると健康になると言われています。

かんたんレシピ

焼きお揚げ丼



材 料

大根 …………… 5cm分
 ネギ…………… 適量
 厚揚げ…………… 2分の1枚
 しょう油 …………… 大さじ1
 かつおぶし …………… 適量
 ごはん…………… どんぶり2杯

(2杯分・調理時間約15分)

作り方

- ① 皮をむいた大根をおろし、軽く絞る。
- ② ネギをみじん切りにする。
- ③ 厚揚げを適当な大きさに切り、こんがりとした焦げ目がつくまで両面をフライパンで焼く。
- ④ ③をさいの目に切り、①、しょう油と一緒に混ぜ合わせる。
- ⑤ 丼にご飯を盛り、②④とかつおぶしを盛りつけて完成!

レシピ提供: 郷土料理研究家 佐々木京美さん

県政広報ふくい アンケート

アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で、

「せいこがにのグラタン」
(2個セット)を

7名様にプレゼントします。

せいこがにをふんだんに使った老舗旅館の逸品。外子のプチプチとした食感と、内子の濃厚なコクを堪能できます。※冷凍便でお届けします。



応募締切 平成29年 1月28日(土)

応募方法 アンケートの回答と住所・氏名・年齢・性別・電話番号を必ず記入の上、郵便はがきまたは県のホームページでご応募ください。



※賞品の発送をもって当選発表に代えさせていただきます。賞品は2月中に発送する予定です。

Q1.県政広報ふくいをお読みになったご感想を教えてください。

①内容について

- 1.大変良い 2.良い 3.普通
 4.あまり良くない 5.良くない

②良かった記事など(1~6の中から2つまでお選びください)

- 1.表紙
 2.地域に開かれた大学づくりを推進
 3.食の國ふくい 4.県政HOT NEWS
 5.各地の催し 6.ふくいインフォ

Q2.県政広報ふくいへのご感想や、今後取り上げてほしいテーマ、ご意見などがありましたらご記入ください。(自由記述)

応募先 〒910-8580 県広報課 県政広報ふくい (住所は記載不要)

ホームページは

県政情報をお届けしています

新聞

●福井県からのお知らせ/新聞各紙…毎月1・15日掲載
 ぐらしの情報(子育て・福祉・就職など)や企業向け情報を紹介

ラジオ

- ふくい元気通信
 FBCラジオ/月、水、金曜日 午前10:20~10:30頃
 第3、5土曜日 午前10:35~10:40頃
- FM県政スポット
 FM福井/金曜日 午前8:45~8:53頃

テレビ

- おはようふくいセブン
 FBCテレビ/日曜日 午前7:00~7:30
- まちかど県政
 福井テレビ/日曜日 午前11:45~11:50
 FBCテレビ/日曜日 午後 4:55~ 5:00
- ほっとふくい
 福井テレビ/第1、3土曜日 午後5:00~5:15
- NHK地上デジタルのデータ放送

点字・音訳

●ふれあい県政だより 年12回発行

SNS・ユー・チューブ 随時更新

- フェイスブック「ほやほや!ふくい」(県内向け)
 「おいでよ!ふくい」(県外向け)
 「Experience_fukuij」(海外向け)
- Instagram「insta_fukuij」(県外向け)
 「experience_fukuij」(海外向け)
- ユー・チューブ「おいでよ!ふくい」(県外向け)
 「Experience_fukuij」(海外向け)

[編集後記]

今年も残すところあとわずか。福井駅西口広場の整備や、都道府県別幸福度ランキングでの1位獲得、リオデジャネイロ五輪での福井ゆかりの選手の活躍等、明るい話題がたくさんありました。来年も希望に満ちたニュースをたくさんお届けしたいと思います。

この広報誌をスマートフォンで読めるアプリ「マチイロ」はこちら

