

# 食の國<sup>くに</sup>ふくい

かんたん  
レシピ

## ラッキョウドッグ



### 材 料

- ラッキョウ …………… 9粒
- ご飯…………… 茶碗1杯半
- カレールウ …………… 大さじ3  
(半量の水で溶く)
- 醤油 …………… 大さじ1
- 牛肉(薄切り)……………100g
- 片栗粉 ……………適量  
(甘辛タレ)
- 日本酒 …………… 大さじ2
- みりん …………… 大さじ1
- 砂糖 …………… 小さじ1
- 醤油 …………… 大さじ1半  
(3本分・調理時間約25分)

作り方

- ① 串にラッキョウを刺す。
- ② フライパンにご飯とカレールウ、醤油を入れて炒め、冷ます。
- ③ ラップの上に薄切り牛肉を敷き、①②を載せて巻く。
- ④ ③の表面に片栗粉をまぶし、フライパンで焼く。
- ⑤ 火が通ったら甘辛タレを加え、照りがでるまで煮詰めて完成!

## 福井の美味しい食材

### 「三年子ラッキョウ」



通常は、8、9月頃に植え付けをし、翌年5、6月に収穫されるラッキョウ。しかし、坂井市の三里浜砂丘地で作られるラッキョウは、植え付けから収穫まで足かけ3年をかけて栽培され、「三年子ラッキョウ」と呼ばれています。

栽培期間が長くなることにより、粒の数が増え、一粒あたりの大きさは小さくなります。そのため、「三年子」は繊維が細かくて身が締まり、シャキシャキとした食感が生まれます。

## 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、「**ガーリックソース5本セット**」を**6名様**にプレゼントいたします。

永平寺町の特産野菜であるにんにくや、たまねぎ、ピクニックコーン等をふんだんに使用した5種類のソースです。焼肉やとんかつ、サラダ等、多くの料理に合わせて楽しむことができます。



**応募締切** 平成28年 **7月23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。



※商品の発送をもって当選発表に代えさせていただきます。商品は8月中旬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(1～8の中から2つまでお選びください)

- 1.表紙
- 2.農林水産業を力強い産業へ
- 3.知ったく ふくい
- 4.教えて!ラプトくん
- 5.県政HOT NEWS
- 6.食の國ふくい
- 7.各地の催し
- 8.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 からの情報(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

### フェイスブック

●ほやほや!ふくい(福井県広報課) 随時更新

県広報誌「県政広報ふくい」は、毎月発行。福井新聞、日刊県民福井への折り込みのほか、図書館や公民館などの公共施設、コンビニエンスストア、道の駅などで入手できます。

### [編集後記]

夏休みが近づいてきました。福井の豊かな里山里海湖を堪能できるイベントが、県内各地で行われます。おでかけ先に迷ったときには、インターネットの専用サイト「おでかけふくい」が便利です。カレンダー形式で、その日行われているイベントを簡単に調べることができますよ。

または右のコードから

