

地域おこし協力隊ニュースVol.3

- 『五箇おにぎり』販売させていただきました！ -

発行日2018年11月25日



先日、11月11日に開催されました『五箇地域文化祭』にて、五箇地域の食材を使って作った『五箇おにぎり』を販売させていただきました！

こちらは10月10日に開催いたしました、『五箇地域の未来を明るく語る夜』の中で、『五箇地域の魅力は美味しいお米だ！』という意見が多数出たことをふまえ、『地元でとれた美味しいお米やお野菜を、地域みんなで味わって食べよう！』ということで、五箇プロジェクトを中心に企画をさせていただきました。

今回は、水菜のふりかけを混ぜ込んだ『水菜おにぎり』と、『さつまいもおにぎり』の2種類を販売させていただきました。食材に関しては、お米を『中村啓次朗さん』水菜を『安田和幸さん』さつまいもを『竹田克寛さん』にご用意いただきました。そして、調理場所として、『天女の里』にもご協力いただきまして、五箇地域の様々な資源を生かして、おにぎりの販売をさせていただきました。ご協力いただいた皆さまありがとうございました！



おかげさまでご好評いただきまして、販売開始から1時間ほどで用意していた70個ほどのおにぎりが完売いたしました。購入してくださった皆さまありがとうございました！

五箇プロジェクトでは、地域の資源を生かした様々な取組を少しずつ形にしていこうと、定期的に会議を開いて話を進めております。

また、第2弾の『五箇地域の未来を明るく語る夜』を、来年1月頃開催予定にしております。詳細は12月のチラシでお伝えいたします！多くの皆さまのご参加お待ちしております！

人気のあった、水菜ふりかけのレシピを載せておきます！ご飯にかけるだけでとても美味しいですよ！もしよろしければぜひお試しください！

地域おこし協力隊 関 奈央弥

【水菜ふりかけレシピ】

<材料>

- ・水菜2束(約200g)
- ・ごま油大さじ1
- ・しょうゆ大さじ1
- ・塩少々
- ・かつお節4g(お好みで適量で)
- ・ごま6g(お好みで適量で)

<作り方>

- ①水菜をよく洗い、1cm幅ほどにカットする。
- ②フライパンにごま油を入れて加熱し、あたたまったら水菜がしんなりするまで炒める。
- ③水菜に火が通ったら、しょうゆ、塩を入れて調味する。
- ④かつお節とゴマを加え、水気が飛ぶまで炒って完成。