



レシピ紹介 たけのこハンバーグ

材料・・・あく抜きした筍 1本・とうふ 1/2丁
 (☆卵1コ・パン粉1/2カップ・片栗粉大さじ2)
ソース(だし汁2カップ・酒大2・みりん大2・
 だし醤油大3・白だし大2)

作り方・・・

- ① 筍は先の部分を残し、乱切りにし湯がき、ミキサーにかけミンチ状にする。筍の先の部分は刻んで一緒にする。
- ② とうふはしっかりと水切りし、①と☆を入れ、手でこねる。
- ③ ②は形を整えてフライパンに油を引き、蓋をして焼く。
- ④ ソースの材料を煮て、片栗粉で(分量外)とろみをつける。
- ⑤ ③を器に盛りソースをかけ、花かつお、ネギ、のり等でトッピングし、完成!



平成27年行事予定

月	火	水	木	金	土	日
				1 つばき会	2	3 憲法記念日
4 みどりの日	5 子どもの日	6 振替休日	7 銭太鼓	8 つばき会 舞踊	9 華道 ホタル祭り実	10 自治協総務
11 生城太鼓 壮年会女性	12 PC教室 カラオケ	13 悠画会 卓球教室	14 銭太鼓	15 更生保護 つばき会 自治協総会	16 四季の会	17 四季の会 第2回ホタル祭り実行
18 生城太鼓	19 PC教室 壮年会体操	20 大正琴 卓球教室	21 銭太鼓	22 料理教室 つばき会 舞踊	23 華道 壮年会総会	24
25 生城太鼓 (停電点検 11時～)	26 PC教室 カラオケ 青パト	27 フラワーアレ 悠画会 卓球教室	28 銭太鼓	29 つばき会 消防団OB 会	30	31

※休館日：祝日（日曜日で使用申請がない場合に臨時閉館することがあります。）

大人のペン講座

ふだんに生かせるペン講座です。
 みんなで楽しく美文字めざしましょう！
 お気軽に申し込みください。

初回6月12日

場 所: 志和堀地域センター研修室

時 間: 13:30～15:30

初 回: 毎月第2・第4金曜日

持参物: えんぴつ・消しゴム・下敷き(必要な方) ノート代 110円(ノートは先生が用意します)

受講料: 無 料

講 師: 安本 麻利枝先生

申し込み/志和堀地域センター

(082)433-2891 まで

