冬仕立て 島原手延べそうめん 料理コンテストレシピ紹介

先月号に引き続き「島原手延べそうめん料理コンテスト～冬仕立て～」入賞作品レシピを紹介します。

スープ仕立て素麺もお洒落

石川 年美さん

① それぞれの材料の下ごしらえをする。
人参・ベーコン・玉ねぎ→千切り
鶏肉 → 細切り
ブロッコリー → 小房（こぶさ）にして塩を少々入れた鍋で下茹で。

② 鍋に油をひき、鶏肉を炒め、人参、玉ねぎ、ベーコンを炒める。その中に水と鶏がらスープを加え煮込む。さらに、牛乳を加えブロッコリー・コーン・ホワイトルーを入れる。そして、最後に塩、こしょうで味を調える。

③ 別鍋でそうめんを茹で、流水でしっかり洗う。

④ 器にそうめんをほぐし入れ、②のスープをかけ、最後にパセリを散らして出来上がり。（調理時間15分程度）

●材 料（4人前）

人　参	60g	ブロッコリー	60g	牛　乳	500g
コーン	60g	玉ねぎ	100g	そうめん	2.5束
ベーコン	50g	パセリ	20g	水	120g
鶏　肉	60g	ホワイトルー	40g		

美白でぐぅーレシピ

殿村美紀子さん
（チーム名：麺好's）

① 大きめの鍋に湯を沸かす。

② 材料を切る
・白菜の芯と白ねぎ（深ねぎ）→せん切り
・万能ねぎ
・鶏もも肉 → 食べやすい大きさに切る

③ 豆乳を温める。沸騰したら、鶏もも肉を入れる。肉に火が通ったら、白菜の芯を入れ、少し柔らかくなったら、白だしを入れて味をつける。

④ ①でそうめんを茹でる。（40秒）その後、水洗いする。

⑤ ③に④を入れ、再び沸騰したら火を止め、器に入れる。

⑥ 白ねぎ、万能ねぎ、黒ごまを振りかけたら出来上がり。

※ お好みでみそ納豆やゆずこしょうを入れて召し上がってください。（調理時間15分程度）

●材 料（4人前）

豆乳(無調整)	1.6ℓ	万能ねぎ	少々	白だし	28cc
鶏もも肉	200g	黒ごま	少々	そうめん	8束
白菜の芯	4枚分	みそ納豆	少々		
白ねぎ(深ねぎ)	1/2本	ゆずこしょう	少々		

＊詳しいレシピはホームページにも掲載しています。

南島原市人権啓発標語入賞作品　【中学生の部 優秀賞：山田　美樹さん（布津中学校３年）】

『思いやり　身近なことから　はじめよう』

今、「長崎の教会群とキリスト教関連遺産」の世界遺産登録をするための保存、管理、活用のための仕組みづくりを進めています。また、世界遺産登録のためには、皆さん一人ひとりが、原城跡、日野江城跡、吉利支丹墓碑の歴史や文化、価値を知り、未来の子どもたちに伝えていくことが大切です。

今回の「明日の世界遺産」は昨年12月26日(金)に行われたシンポジウムを紹介します。

世界遺産登録を目指すシンポジウム

このシンポジウムは、市内の中学2年生を対象に、南島原市のキリシタン時代と文化、ふるさとの理解を目的に行われました。

市内の各中学校の代表8人をパネリストに、意見交換が行われました。

ふるさとの素晴らしさを生かそうという声や、ふるさとの無知を反省する声、これからを生きる自分たちの役割について生徒たちは、さまざまな意見を熱心に交わしました。

有家中学校の林田剛さんは、「激しい迫害にも負けず最期までキリスト教を信じ続けた心の強さに感動した。自分が同じ立場だったら、同じように信じることを守り通せたかわからない。この日本のはしのこの地で、世界を驚かせるほどの文化が育ったこと、信じることに命をかけた人々の歴史は、ここに暮らす私たちにも大きな可能性があるのではないか、と思った。そして、これらの史跡は、宗教に関係なく、私たちに生きていく勇気を与え、これからも勇気を与え続けると思う。」と意見を述べました。

これからの市を担う中学校の生徒たちが、市の歴史資産の価値を知り、学ぶためのよい機会となりました。

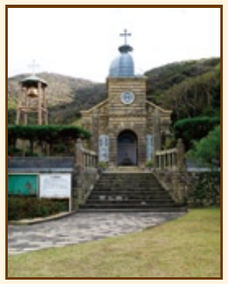
市内の中学２年生を対象にしたシンポジウム

積極的に意見が飛び交う

構成資産シリーズ⑥

頭ヶ島天主堂

新上五島町



鉄川与助の設計、工事による重厚なロマネスク調の教会堂。日本では珍しい石造の教会堂で、石材は対岸から切出し、1つの石を4～5人で運び、一日に2～3個づつ運び積み上げた。重厚な外観に対して内観の造形は、花の装飾で彩られた独特の美しさを出している。

南島原市人権啓発標語入賞作品　【中学生の部 努力賞：深松　綾花さん（有家中学校２年）】

『見ないふり　してるあなたも　共犯者』