

TOWN MAGAZIN AROMA



Contents

02 平成 23 年度町政執行方針概要

08 まちの話題

09 あいあい通信・セーフティーロード☆サロマ

10 情報掲示板

18 さろまげんき王国

20 とぅもろーらいふさろま



そばとあさりの ボンゴレ風

貝類のだし汁とそばの組み合わせは相性が良いので、パスタ料理のような感覚で、あっさりと仕上げてみました。

材料 2人分

そば(ゆで)	300 g
あさり(殻つき)	100 g
オリーブ油	大さじ 1
にんにく	1 かけ
酒	大さじ 1
塩	小さじ 1/4
粗びき黒こしょう	少々
バジル(粉)	適量
かいわれ菜	少々

1人分 約 240Kcal

塩分 約 1.3 g

陶器提供：岸 みどり



- 一、にんにくをみじん切りにします。あさは、流水で表面をきれいに洗います。
- 二、そばは、市販のゆでそばを使う場合は水に浸してほぐしてから水けをきります。乾麺の場合はゆでてから、水にとり冷まします。
- 三、フライパンにオリーブ油を熱し、にんにくを炒めて香りが出たら、あさと酒を加えてフタをします。
- 四、あさりの口が開いたら、ゆでておいたそばを加えて手早く炒め合わせ、塩、粗びき黒こしょう、バジルで調味します。
- 五、器に盛りつけ、かいわれ菜をかざります。



匠の利かせ技

そばとアサリから出るだし汁を上手にからめます。短時間で手早くからめないと水分が飛んでしまいます。

お誕生★ おめでとうございます

平成23年2月生まれの赤ちゃん

2月5日生まれ	辻 有紗(ありさ)ちゃん 西富 辻 康宏・恵美梨さん
2月8日生まれ	小野 ひなたちゃん 西富 小野 佳幸・あやかさん
2月8日生まれ	河井 琥汰郎(こたろう)くん 若佐 河井 裕樹・夕紀さん
2月8日生まれ	森 翼(つばさ)くん 宮前町 森 要・さゆりさん
2月10日生まれ	海老名 愛菜(あいな)ちゃん 知来 海老名 忠・ローズマリーさん
2月16日生まれ	杉山 晴太郎(せいたろう)くん 幸町 杉山 友洋・志のぶさん
2月16日生まれ	本田 悠羽(ゆうわ)くん 宮前町 本田 浩之・ゆきさん
2月18日生まれ	野宮 羽叶(わかな)ちゃん 宮前町 野宮 雅貴・直美さん

babyface



馬場 健嘉 くん

平成22年4月24日生まれ
(西富 馬場 健斗・麻衣さん)

はじめまして!! ばば たけひろです♥ みんなに パパ似だね って言われるけど、似てるかな? ちょろちよろしすぎて、よくママに怒られるんだ(´▽`)でも大好きなパパとママと早く歩いてお散歩したいなあ

※「baby face」では掲載するお子さんを募集しています。掲載を希望される方は、誕生月の前月10日までに保健福祉課保健師までご連絡ください。なお、希望者多数の場合はこちらで抽選させていただきますことをご了承ください。