

# 旬のレシピ ちばの味



手作りしてみよう！  
ジンジャーシロップ

【材料】  
ショウガ……………250g レモン汁……………大さじ2  
砂糖……………250g  
(大さじ1杯分／約105kcal 脂質0.1g 食塩相当量0.0g)

### 【作り方】

- ①皮をむいて薄切りにしたショウガと砂糖を鍋に入れ、時々かき混ぜながら20～30分ほど置いておく。
  - ②ショウガの水分が出てきたら中火にかけ、沸騰してきたら火を弱めてさらに20分ほど煮詰める。
  - ③火を止めてレモン汁を加え、よく混ぜ合わせる。
  - ④ザルなどで濾し、粗熱をとってから冷蔵庫で冷やす。
- 炭酸水で割ったり、牛乳や紅茶に加えたりして飲むのがおすすめです。

### 濾した後のショウガで作る「ショウガみそ」

【材料】 みそ……………50g  
濾した後のショウガ……………25g 砂糖……………大さじ1  
ごま油……………小さじ1 青じそ(大葉)……………5枚  
(小さじ1杯分／約20kcal 脂質0.9g 食塩相当量0.3g)

### 【作り方】

- ①ジンジャーシロップで濾した後のショウガをみじん切りにする。
- ②小さな鍋に①、ごま油、みそ、砂糖を入れて弱火で炒め、プツプツと泡が出てきたら火を止める。
- ③青じそ(大葉)をみじん切りにして②に加え、練り上げる。

【調理協力・千葉伝統郷土料理研究会】

### ショウガの豆知識

県産のショウガの産出額は全国第3位。使いかけのショウガは、瓶などの保存容器に全体がかぶるくらいの水を入れふたをし、冷蔵庫に入れておくと、鮮度や風味を保つことができます。1週間おきに水を換えれば、1カ月程度保存できます。

問い合わせ 県報道広報課 TEL043-223-2241



## 1 21世紀の森と広場(松戸市)

50.5%もの広大な敷地に山、林、池などがあり、さまざまな自然と触れ合えます。「生命の森」には木道が設けられ、夏でもひんやりと涼しく森林浴にぴったり。田園風景が広がる「みどりの里」ではこれからスイレンやハスが見頃を迎えます。大きな砂山の遊具、網とつり橋の遊具などが集まる「あそびのすみか」は子どもたちに大人気。昆虫観察などの講座やバーベキュー場(ともに予約制)もあるので、家族みんなで一日中遊べます。



ハスの花はお昼には閉じてしまうので午前中の訪問がおすすめ



大型遊具「昆虫のすみか」で巣穴の迷路を駆け巡ろう



場所 松戸市千駄堀269  
交通 新京成線八柱駅・JR武蔵野線新八柱駅から徒歩15分またはバス「森のホール21・公園中央口」下車。有料駐車場あり(4カ所計847台。駐車場によって利用日や料金などが異なります)  
開園時間 9時～17時(7月21日～8月20日は7時～18時30分、8月21日～31日は7時～17時、冬季は短縮営業)  
問い合わせ 21世紀の森と広場管理事務所 TEL047-345-8900

## 2 六斎市(茂原市)

開催日 毎月4日、9日、14日、19日、24日、29日



地元の人々にぎわう昔ながらの市

月に6回開催されるので「六斎市」と呼ばれており、茂原市役所近くの昌平町通りに、季節の野菜、果物、植木などの露店が並びます。中でも地元の採れたて野菜は好評で、新鮮な野菜を求める来場者によって毎回にぎわいます。長生地域の交易の場として江戸時代に始まり、400年以上続く伝統の六斎市。歴史に思いをはせながら、買い物を楽しんでみませんか。



採れたて野菜が目玉です



場所 茂原市茂原 昌平町通り  
交通 JR外房線茂原駅から徒歩15分  
問い合わせ 茂原市農政課 TEL0475-20-1526  
※出店者を募集中！お問い合わせは上記まで。

## クイズ&プレゼント

丸部分の4文字を組み合わせて、言葉をつくってください。  
ヒント=願い事は決まりましたか？



⑧ 満腹時に横になると、つい

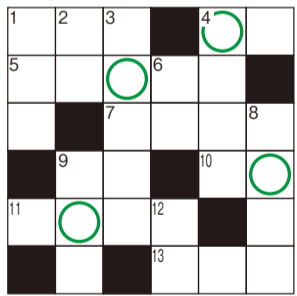
⑥ 割合を示すもの。打〇〇、勝〇〇。

④ 関節の周りにあり、加齢とともにすり減ることがあります。

③ 地質年代区分の一つ。市原市の養老川沿いにある地層がもとになっています。

② 「間」「開」に共通する部首は〇〇がまえです。

① 水などが蒸発した状態のこと。1番軽いとされているのは水素です。



⑦ 太陽から降り注ぎます。

⑤ 打楽器の一種。周りに小さなシンバルがたくさん付いています。

④ 井物で標準的な量を何盛りという？

③ 弦楽器の一種。アコースティック、クラシックなどがあります。

② 「うれしい」「楽しい」「悲しい」と感じる心の状態。

① マルの反対。

6月号の正解

イ	ン	カ	ツ
ヌ	ク	キ	ボ
シ	ニ	ア	ヤ
ツ	キ	ケ	シ
ム	シ	メ	ガ
ジ	イ	タ	マ

カタツムリ

便番号、住所、氏名、年齢と感想を必ず書いて「TEL047-667(住所記載不要)県報道広報課クイズ係へ(応募は1人1通まで)。締め切りは7月15日(必着)。正解者の中から抽選で50人に特製クオカードを贈呈。当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。また、いただいたご意見などは、今後の編集の参考にさせていただきます。6月号の正解者数は6439人でした。

※応募いただいた個人情報、プレゼントの発送のみに使用し、それ以外の目的には使用しません。



## キラリ輝くちばの星

### 県立旭農業高等学校

「地域の核となる人材を目指して」

「生きた学び」を大切に

旭農業高校では、地域の農業後継者を育成するために各学科で特色ある実習を行い、多面的な理解を深めています。



毎日丁寧に掃除します

畜産科では、品質管理の一環として掃除を徹底。牛舎では毎朝授業前に交代で搾乳し、朝が早い酪農家の生活スタイルを経験しています。また、園芸科では、農業を営む卒業生から、野菜や果物の作りだけでなく経営者の視点を学ぶことも。食品科学科では、微生物を使ったアルコール発酵実験で発酵の仕組みを学ぶところから、パン製造の実習を行っています。

### ～旭農業高等学校～

110年以上の歴史を誇る県内唯一の農業高校。畜産科、園芸科、食品科学科からなり、2年次からは生徒の興味に合わせて専攻やコースを選びます。敷地内には、牛、豚、鶏舎やさまざまな型式の温室など、実習設備が整っています。

### 学びの成果を地域の方へ

各学科で収穫・製造した食品は地域の方に販売しています。とてもおいしいと好評で、販売開始と同時に売り切れることも。

6月にホテルポートプラザちばで開催された「ホテルde朝市」では、当日の朝に収穫した野菜や卵などを販売。参加した川野さん(園芸科2年)は「おいしく調理してほしいという思いを込めて準備をしてきました。来年はもっとお客さんと会話を出来るように頑張りたいです」と、話してくれました。



来場者と触れ合う生徒

学校近くの道の駅「季楽里あさひ」などでも販売していますので、近隣へお出かけの際に見かけたらぜひ手に取ってみてください。

問い合わせ 県立旭農業高等学校  
TEL0479-62-0129 旭農業高校 検索