

旬のレシピ ちばの味



切り身で簡単
ブリのアクアパッツァ

〈材料〉2人分

- ブリ……………2切れ(300g) 種抜き黒オリーブ……………6個
 - 塩、コショウ……………少々 ミニトマト……………6個
 - ニンニク……………1片 オリーブオイル……………大さじ1
 - アサリ(砂抜きしたもの)……………100g 白ワイン……………大さじ2
 - マッシュルーム……………4個 イタリアンパセリ……………適量
- (1人分/約460kcal 脂質32.2g 食塩相当量1.1g)

【作り方】

- ①ブリ切り身は半分に切り両面に塩、コショウを振って、10分ほど置き、クッキングペーパーで挟んで水気を取る。
- ②ニンニクは縦半分に切り芯を取ってから、薄切りにする。
- ③アサリは殻をこすり合わせるようによく洗い、マッシュルームは薄切り、黒オリーブは半分に切り、ミニトマトは洗ってヘタをとる。
- ④フライパンにオリーブオイル、②のニンニクを入れて弱火で加熱する。ニンニクの香りが出てきたら、①のブリを皮のついた面を下にして1分ほど焼く。
- ⑤ブリの皮に焦げ目が付いたら裏返し、③の具材を入れ、強火にして白ワインを加える。アルコール分を飛ばしたら弱火にし、ふたをして5分ほど蒸し煮にする。
- ⑥塩少々を加え味を調べ、器に盛り付けイタリアンパセリを添える。

＜コツ＞

ブリは塩・コショウでしっかりと下味をつけましょう。アサリのうま味に移るので、ブリの臭みが苦手でも気にならずに食べられます。
〔調理協力・千葉伝統郷土料理研究会〕

ブリの豆知識

県産のブリの漁獲量は全国第5位。成長とともに呼び名が変わる出世魚で、おめでたい魚とされています。千葉県では主に外房で漁獲される他、内房では養殖も行われています。

問い合わせ 県報道広報課 TEL043-223-2241



1 千葉ポートタワークリスマスファンタジー2022(千葉市)

期間 12月25日(日)まで 点灯時間17時~21時

千葉市の冬の風物詩となったポートタワーのクリスマスイルミネーション。約3500個の電球やネオンが、タワーの壁一面にきらめきます。



海面に映る幻想的な工場夜景

音楽に合わせてツリーの形が変化したり、雪が舞ったりと、すてきなイルミネーションショーが、クリスマスムードを盛り上げます。

近年人気上昇しているのが千葉港にひしめく工場の夜景。イルミネーションと工場夜景を海から眺める特別ナイトクルーズも行います。この時季だけの景観を楽しんでみませんか。



高さ100mのジャンボツリー



場所 千葉市中央区中央港1丁目 千葉ポートパーク内
交通 JR京葉線・千葉モノレール千葉みなと駅から徒歩12分
料金 タワー入館 大人420円、小中学生200円(ポートパークは入園無料)
ナイトクルーズ 大人1200円、小中学生600円(開催日時、チケット購入方法などはお問い合わせください)
問い合わせ 千葉ポートタワー TEL043-241-0125

2 道の駅 ちくら潮風王国(南房総市)

営業時間 9時~17時



おいしそうな取れたての魚

水がきれいな千倉の海を目の前に臨む道の駅。地元で水揚げされた新鮮な海産物、ピワや落花生のお菓子、花や野菜などの南房総の特産品を取りそろえており、レストランでは取れたての海の幸を味わえます。

敷地内にはのびのびと遊べる大きな芝生広場があり、目の前に広がる太平洋から昇る日の出の撮影スポットとしても人気です。

一帯は温暖な気候を生かした花の露地栽培でも有名で、早春には色とりどりの花畑で散歩や花摘みも楽しめます。



巨大な漁船のレプリカは登ることができます



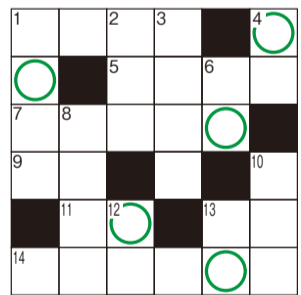
場所 南房総市千倉町千由1051
交通 富津館山道路「富浦IC」から車で35分(無料駐車場約230台)
高速バス南総里見号(千葉~安房白浜線)「潮風王国」下車
定休日 水曜日(1~3月と8月は無休)
問い合わせ 道の駅 ちくら潮風王国 TEL0470-43-1811

クイズ&プレゼント

丸部分の5文字を組み合わせて、言葉をつくってください。
ヒント=冬になると出会えます。



- ① タテのカギ
- ② 和菓子の材料の一つ。あん蜜にのせたり、大福の皮に使います。
- ③ しっかり捕まえて、自由に行動させないこと。
- ④ スポーツなどで現役を辞めること。
- ⑤ 車や機械を数えるときの単位。
- ⑥ アニメの原画を描くためのシート。「〇〇画」。
- ⑦ 物事の成り行きや、将来の予測。



- ⑧ イタリア料理の芳香として用いられる葉。
- ⑨ 目。ぎりぎりのところ。
- ⑩ 潜水用具などをとることを仕事にしています。
- ⑪ 海に生息する生物の総称。
- ⑫ チーズなどに煙で香り付けする調理法。
- ⑬ 東京湾に浮かぶパーキングエリア。
- ⑭ エア。
- ⑮ 岸から遠く離れたところ。
- ⑯ 富津市金谷では黄金〇〇として有名な魚があります。
- ⑰ 源義経の幼名。

11月号の正解
1 イ 2 チ 3 ミ 4 ア
5 サ 6 ヤ キ 7 ト リ
8 ロ 9 ム 10 フ ス 11 マ 12 ジ
13 ハ ト 14 ヨ セ 15 ゼ
16 ス 17 タ ケ 18 キ

チトセアメ(千歳鮎)
※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ます。
※はがきの到着に日数を要する場合があります。投函はお早めに。

「食のちばの逸品水産物詰め合わせ」をプレゼント!

※画像は調理例です。



県立天羽高等学校・生活コース 「“できる”を実感できる学校」

新たな学校の形

天羽高校は、千葉県初の「地域連携アクティブスクール」を設置しており、中学校では力を十分に発揮できなかったが高校では頑張ろうという意欲的な生徒に、実践的なキャリア教育を行っています。



企業協力による説明会の様子

「ステップアップ」という学び直しの時間では、生徒たちは自分のペースで学習することができ、一つの教室に二人の教員が配置されているため、気軽に質問をすることもできます。

地域と連携したキャリア教育

調理やファッション、幼児教育などを学ぶ生活コースでは、社会に出て幅広く活躍でき

る能力を身に付けることができます。
11月には、地域の方々の協力の下、千葉県の郷土料理である太巻きずしの調理講習会が開かれました。生徒たちは、指導を受けながら桃の花やサザエの絵柄の太巻きずしを作りました。

天羽高校の魅力について大竹さん(3年)は「調理以外にも被服や保育などさまざまなことを学べる」と言い、高梨さん(3年)は「コースがたくさんあるので自分のやりたいことを学べると思う」と話してくれました。

天羽高校では今後も、さまざまな講習会などを通して社会で活躍できる生徒が育っていきます。



みんなで協力して作りました

問い合わせ 県立天羽高等学校
TEL0439-67-0571 天羽高校 検索