



# やいた☆クッキング GOOD

～りんごの水ようかん～



【1人分】熱量 320kcal 塩分 0g

レシピ提供元：矢板高校栄養食物科チーム☆道の駅 2017

### 材料 (12cm x 7.5cm 型)

- りんごジュース…100g
- りんご……………50g
- (※ 100%果汁のもの)
- はちみつ……………大さじ1
- 水……………100g
- 粉寒天……………2g
- 練りあん……………130g

### 作り方

- ①りんごジュースと粉寒天をよく混ぜ、鍋に入れて火にかけます。
- ②沸騰したら弱火にして1分加熱します。
- ③②の鍋の火を止めてあんこを入れ、全部溶けるまでよく混ぜます。
- ④りんごを1cm角に切り、水でぬらした型に入れておきます。
- ⑤③を流し入れます。少し冷ましてから、型に入れることがポイントです。
- ⑥冷蔵庫に入れて2時間冷やします。
- ⑦好みの大きさに切り分けたら、できあがり。

## 《編集後記》 いいあんぽいだわ～

矢板中央サッカー部の皆さん、全国第3位おめでとうございます！ゴール脇でカメラを構えていると、一生懸命動き回る選手の息づかいやライン間際の攻防で削れた芝の舞い上がる様子が何ともリアルで、ファインダー越しに引き込まれる感覚を味わいました。(葵)

今月はお正月に市内を沸かせた矢板中央高校特集です。全国高校サッカーの準決勝・決勝でのみ使用される「埼玉スタジアム 2002」に初めて行ってきました。感動を、そして、貴重な体験をさせてくれたサッカー部の皆さん、ありがとうございました！（凜）

2月の初午<sup>はつつま</sup>と言えば、栃木県では「しもつかれ」ですね。自分が子どものころは見た目が不気味で手をつけようともしませんでした。30歳を過ぎたころから少し食べるようになり、今では「おいしい」と感じるようになりました。苦手だった皆さんも食べられるようになっていくかも知れませんよ。(コロ助)

暦の上では春がやってきます。この寒さのどこに春がやってくるのだらうと思いますが、お隣の国では4年に一度の熱い戦いが開幕します。広報特集にもある矢板中央高校サッカー部の健闘に感動をもらいましたが、次はオリンピックで感動をいただき、寒さを乗り切りたいと思います。(春來)

# 第19回ともなり文芸祭り大賞作品が決定しました

今年は、県内（短歌一般のみ全国）から短歌・俳句・川柳・詩の4種目に、大会史上2番目に多い合計8,615作品の応募がありました。大賞受賞作品については下記のとおりです。

市ホームページ（トップページ>組織でさがす>生涯学習課>第19回ともなり文芸祭り大賞作品）にも大賞作品を掲載していますので、ぜひご覧ください。

問い合わせ/生涯学習課 ☎(43)6218

詩			川柳			俳句			短歌			種目
一般	中・高生	小学生	一般	中・高生	小学生	一般	中・高生	小学生	一般	中・高生	小学生	部門
賛歌	埴輪	山のてっぺん	人生の流れを変えた汗の量	いいこともあるよと言って笑つ母	おうえんだん大きく見えたお兄ちゃん	真白な軍手捨てある崩れ築	激流を抜けて水面に夏の風	じいちゃんと田うえきのつたないしよだね	地下足袋がよくフィットして畑土を 凹ませ凹ませ肥散らしゆく	大会で死ぬ気で走ったあのリレー 県大会へバトンつないだ 高根沢町立阿久津中2年 村上 智也	「ただいま」と帰る家にはひいじいの 「おっ」と答える声は聞こえず	作品名(住所または学校学年・氏名)
那須塩原市 黒沢 竜	矢板中央高1年 北原 玄德	川崎小3年 齋藤 壘	矢板市 井上 和枝	矢板中3年 穴戸 香心	泉小3年 津久井 彩子	宇都宮市 古橋 通子	矢板中3年 角 聖華	泉小2年 青木 廉友	埼玉県深谷市 強瀬 忠昭	片岡小6年 大町 天斗		