



第20回広島県児童牛乳ポスターコンクール
広島県牛乳普及協会会長賞(最優秀賞)

ぎゅうにゅうだいすき



呉市立昭和北小学校3年
みのこし かのん
箕越 花音さん

給食の時、みんなでのむ牛にゃうは、とてもおいしく感じます。せがも、と高くなりたいたので、これからもたくさんのみます。

第34回

ミルククッキングコンクール



優秀賞

中国大会最優秀作品

辛いものが苦手な人でも、牛乳のまろやかさによって食べやすい。豆腐が苦手な人も食べやすい。見た目もひと工夫することで、より美味しそうになる。



麻婆乳腐

はなだ さき
花田 瑳希さん(高校生)



★材 料(4人分)

- 牛乳.....1000ml
- 酢.....大さじ2
- 豚ひき肉.....80g
- ねぎ.....1/3本
- 豆板醤.....少々
- 水.....200cc
- 醤油.....大さじ2
- 砂糖.....大さじ2
- コチュジャン.....小さじ1
- 中華味.....小さじ1
- 水.....大さじ2
- 片栗粉.....大さじ1
- にんにく.....2cm程

★作り方

- ① 牛乳を鍋に入れて、沸騰する直前に酢を入れて火を止め、木べらでゆっくりかき混ぜる。
- ② 分離したら、ふきんでこし出し、冷蔵庫で冷やしておく。
- ③ フライパンにサラダ油を入れて、ひき肉、豆板醤、にんにくを入れ炒める。
- ④ 水、醤油、砂糖、コチュジャン、中華味を入れて、沸騰したら、水とき片栗粉でとろみを付ける。
- ⑤ 冷やしておいた牛乳豆腐を手で丸める。
- ⑥ きれいに並べ、あんをかけ、ねぎをおいたら完成。

らくのうだよりに対するご意見、ご感想をお待ちしております。また、投稿記事、詩、短歌、川柳などもどしどしご応募ください。

投稿は本所又は hr.bossoumu@celery.ocn.ne.jp までメールでご応募ください。

本所	〒728-0023 三次市東酒屋町306番地の65
西部事業所	〒731-1531 山県郡北広島町春木1425番地1
東部事業所	〒729-3431 府中市上下町上下1507番地4
みわTMRセンター	〒729-6614 三次市三和町羽出庭2992番地1
庄原TMRセンター	〒727-0016 庄原市一木町224番地3
高宮ミルクボーイ	〒739-1807 安芸高田市高宮町羽佐竹438番地6
久井倉庫	〒722-1304 三原市久井町江木1214番地
福山倉庫	〒720-0003 福山市御幸町森脇1047番地1
ミルクファームHARU	〒727-0004 庄原市新庄町291番地1 (食彩館しょうばらゆめさくら内)

総務管理課	TEL(0824)64-2071	FAX(0824)64-2233
事業推進課	TEL(0824)62-2072	
市乳販売促進課	TEL(0824)64-2077	

TEL(0826)72-2193	FAX(0826)72-4886
TEL(0824)62-3060	FAX(0847)62-2394
TEL(0824)52-3845	FAX(0824)52-3845
TEL(0824)72-7844	FAX(0824)72-7844
TEL(0826)57-0331	FAX(0826)57-1615
TEL(0847)32-6202	FAX(0847)32-6202
TEL(084)955-0526	FAX(084)955-4586
TEL(0824)75-4514	FAX(0824)75-4801

ミルクファーム **HARU**
〒727-0004庄原市新庄町291-1
(食彩館しょうばらゆめさくら内)
TEL:0824-75-4514 FAX:0824-75-4801
Email:hr-haru@deluxe.ocn.ne.jp

ひろらくモーモー
FAX情報サービス
(0824)64-1510
情報メニュー番号 "0000"



ホームページアドレス <http://hiroraku.or.jp>

ひろらく

検索