



第21回広島県児童牛乳ポスターコンクール  
牛乳普及協会会長賞

呉市立白岳小学校1年  
河原 佑舞さん  
かわはら ゆま



うしさん、うしのおせわがかりさん、  
おいしい、ぎゅうにゅうやヨーグルト  
を、ありがとう。たくさん飲んで、お  
おきくなるよ。  
白たけし、うが、こう  
1なん2くみ  
かわはら ゆま

第35回

## ミルククッキングコンクール



優秀賞

明太子のこくとホワイトソースの相性がとても良い一品です。早くから明太子を入れておくと、粒がかたくなるので温まってから入れます。そうめんを使うことで、つるつる食べやすい。



### 明太子クリームそうめん

よしかわ 吉川 ももさん (高校生)



#### ★材 料(4人分)

- 牛乳.....800ml
- バター.....20g
- 生クリーム.....200ml
- そうめん.....8束
- 明太子.....4腹
- 玉ねぎ.....1個
- 薄力粉.....小さじ4
- だしの素.....小さじ2
- 塩.....適量
- こしょう.....適量
- ねぎ.....少々

#### ★作り方

- ① 明太子は皮から出しほぐす(トッピング用に少しとっておく)。
- ② 玉ねぎを薄切りにする。
- ③ 鍋にバターを溶かし、玉ねぎが透き通るまで炒める。
- ④ 薄力粉を入れ、粉っぽさがなくなるまで炒める。
- ⑤ 牛乳、生クリーム、だしの素を加えて温める。  
温まってから明太子を入れ、塩、こしょうで味を整える。
- ⑥ そうめんを茹でて皿に盛る。
- ⑦ 出来たスープをかけ、明太子、ねぎをのせる。

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、川柳などもしどしど応募ください。

投稿は本所又は [hr.bossoumu@celery.ocn.ne.jp](mailto: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 府中市上下町下1507番地4  
み わ T M R セ ン タ ー 〒729-6614 三次市三和町羽出庭2992番地1  
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 H A R U 〒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)  
庄 原 倉 庫 〒727-0016 庄原市一木町224番地3

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

FAX(0824)64-2233

TEL(0826)72-2193 FAX(0826)72-4886  
TEL(0847)62-3060 FAX(0847)62-2394  
TEL(0824)52-3845 FAX(0824)52-3845  
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://hioraku.or.jp>

ひろらく

検索



らくのうだより **広島** 2014年(平成26年)12月(No.249)