



第18回広島県児童牛乳ポスターコンクール
広島県酪農業協同組合長賞

ぎゅうにゅう大すき



わたしは、牛にゅうが大すきで、朝昼夜、毎日飲んでます。時には、ココアを入れたり、あたためたりしてあります。



呉市立両城小学校3年
いとう ゆき
伊藤 友希さん

第32回

ミルククッキングコンクール



優秀賞

家にあった野菜をたっぷり使った。明太子を入れることで少し和風な感じに仕上げた。



“野菜たっぷり鮭ドリア～たらこ風味～”

黒木沙織さん
(高校生)



★材 料(4人分)

- 牛乳……………1000ml
- バター……………50g
- 小麦粉……………50g
- チーズ……………適量
- 鮭……………2枚
- なす……………1本
- 玉ねぎ……………1コ
- にんじん……………1/2本
- じゃがいも……………1コ
- 明太子(たらこ) ……少々
- ソーセージ……………1袋
- ご飯……………4人分
- ケチャップ……………適量

★作り方

- ① ホワイトソースを作る。バターを溶かし小麦粉を入れ混ぜ、牛乳を入れグツグツするまで煮込み、こす。明太子を少し入れる。
- ② 玉ねぎとにんじんはみじん切りにしてバターで炒める。①と混ぜ合わせる。
- ③ 鮭は焼いて切る。なすは輪切りにして水にひたす。
- ④ じゃがいもは細切り。ソーセージは1口大に切って焼く。
- ⑤ ご飯とケチャップを合わせ、器に入れ材料を盛る。
- ⑥ ホワイトソースをかけ、チーズをのせ、オーブンのグラタン機能で焼き上げる。

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

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

FAX(0824)64-2233

西 部 事 業 所 〒731-1531 山県郡北広島町春木1425番地1

TEL(0826)72-2193

FAX(0826)72-4886

東 部 事 業 所 〒729-3431 府中市上下町上下1507番地4

TEL(0847)62-3060

FAX(0847)62-2394

み わ T M R セ ン タ ー 〒729-6614 三次市三和町羽出庭2992番地1

TEL(0824)52-3845

FAX(0824)52-3845

庄 原 T M R セ ン タ ー 〒727-0016 庄原市一木町224番地3

TEL(0824)72-7844

FAX(0824)72-7844

高 宮 ミ ル ク ポ ー イ 〒739-1807 安芸高田市高宮町羽佐竹438番地6

TEL(0826)57-0331

FAX(0826)57-1615

久 井 倉 庫 〒722-1304 三原市久井町江木1214番地

TEL(0847)32-6202

FAX(0847)32-6202

福 山 倉 庫 〒720-0003 福山市御幸町森脇1047番地1

TEL(084)955-0526

FAX(084)955-4586

ミ ル ク フ ァ ーム H A R U 〒727-0004 庄原市新庄町291番地1

TEL(0824)75-4514

FAX(0824)75-4801

(食彩館しょうばらゆめさくら内)

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