

# 小さなごちそう

わたしの街からお届け

## 2つの味で楽しめる 篠立の「ポテトもち」

### 材料 (14 個分)

じゃがいも ……500 グラム  
塩 ……小さじ 1  
片栗粉 ……100 グラム  
粉チーズ ……15 グラム  
ウィンナー小 ……7 本  
バター ……適量  
焼き海苔 ……適量  
(オーロラソース)  
ケチャップ ……適量  
マヨネーズ ……適量  
(醤油たれ)  
醤油 ……大さじ 2  
砂糖 ……大さじ 2  
みりん ……大さじ 2  
片栗粉 ……小さじ 2  
水 ……40 ミリリットル

### 作り方

- ①じゃがいもは洗って半分に切り、塩ゆでにする。
- ②ゆで上がったたら皮を剥き、ビニール袋に入れ、片栗粉、粉チーズを入れて混ぜ、つぶして練る。
- ③袋に入れたまま棒状にして寝かせておく。
- ⑤袋から出し 14 等分に切る。
- ⑥7 個は小判型に整える。残り 7 個にはウィンナーを入れて包む。
- ⑦ホットプレートでバターを溶かして焼く。
- ⑧ケチャップとマヨネーズ

を混ぜ、オーロラソースを作る。

- ⑨醤油、砂糖、みりんを煮立てて水溶性片栗粉でとろみをつけて醤油たれを作る。
- ⑩ウィンナー入りにはオーロラソースをつける。残りには醤油たれをつけて、海苔を巻く。



### レシピ紹介者

三輪八重子さん  
(藤原町篠立)

「温かいうちに食べるのがベストです。たれは味噌味、ごま、ゆずなどお好みで楽しんでください」

### 同じレシピを紹介中



いなべ市公式  
キッチン

## 小さなごちそう体験

### 第 13 回 こんにゃく作り

芋からつくる手作りこんにゃくは絶品です。

- 日時 3月9日(土)9:15~12:00
- 場所 立田会館(藤原町篠立 2450-6)
- 定員 10人

### 問 申込先 政策課 T 74-5840

- 参加費 800 円(1 人あたり)
- 申込方法 市ホームページ、電話
- 申込開始日 2 月 12 日(火)
- 主催 いなべグリーン・ツーリズム推進委員会



画像はイメージです



生活情報  
「まいめる」



携帯用  
「モバイルサイト」

### 救急医療情報

- 三重県救急医療情報センター T 059-229-1199
- いなべ医師会(在宅当番医) H <http://inabe-med.or.jp/>
- 医療ネットみえ H <http://www.qq.pref.mie.lg.jp/>

### 人口情報(平成 30 年 12 月 1 日現在)

総人口: 45,596 (+31)  
世帯: 18,005 (+63)  
男: 23,143 (+34) 女: 22,453 (-3)