



トムスニ ホチマル(モンゴル料理)

ホストタウン事業の一環で、モンゴル家庭料理「トムスニホチマル(ひき肉とじゃがいもの重ね焼き)」を紹介。マッシュポテトとひき肉の相性が良く、子どもにも大人にも人気です。

**g-sky76.5** 「サイマル放送」なら、インターネットを使ってパソコンやスマートフォンでラジオを聴けます。



## 彩りも一品

【協力】  
島田市健康づくり  
食生活推進協議会  
文化資源活用課

【材料】4人分(1人分 352kcal)

◎ジャガイモ	中4個	◎チーズ	適宜
◎ひき肉	200g	◎塩コショウ	適宜
◎玉ネギ	中1個	◎牛乳	50cc
◎卵	1個	◎バター	50g

【作り方】

- ①ジャガイモの皮をむき、塩水で柔らかくなるまで茹でる。
- ②茹で上がった①を潰し、熱いうちにバターと牛乳を混ぜる。
- ③ひき肉に、みじん切りした玉ネギ、塩コショウ、卵を入れて混ぜ合わせ、耐熱皿に敷き詰める。
- ④③の上に、②とお好みでチーズをのせ、220℃に温めたオーブンで15分間焼き目がつくまで焼き上げる。



## 緑茶化ススメ

島田市緑茶化計画は、市が島田市  
推進する市民参加型シティ  
プロモーションです。緑茶化  
計画

協力：FM 島田 ④広報課シティプロモーション室 ☎ 36-7355

今月12日にオープンした、緑茶・農業・観光の体験型フードパーク「KADODE OOIGAWA」では、大井川流域の魅力を楽しめるさまざまなエリアが展開中。

マルシェエリアでは、大井川流域の緑茶について、体験を通して味わい、学ぶことができるコンテンツが充実。緑茶の製法や収穫時期、味などに着目し、16種類の表にまとめた「KADODE OOIGAWA MANDARA」を作成しました。施設内にある「緑茶スタンド」では、オリジナルボトルを購入し、16種類の緑茶の中から、好みの緑茶を注ぎ淹れることができます。これから島田市緑茶化計画と一緒に、緑茶を盛り上げていきたいですね。



KADODE OOIGAWA (株)  
かわさき しゅうすけ  
川崎 秀介さん



### KADODE ギフトボックス

オリジナルボトルと緑茶のセット。緑茶は16種類の中からリーフ、またはティーバッグの形状を選べます。

FM 島田で放送中！ 緑茶化のススメ  
毎週火曜日、午後0時5分から。WEBで  
24時間試聴可能。緑茶化計画サイト➡

