

管内のHOTな話題に突撃!



# ズーム! THE NAMAHAGE

## 白熱! JAバンクあきたグラウンド・ゴルフ大会



第7回JAバンクあきたグラウンド・ゴルフ大会が、10月17日(木)に潟上市のグランパスくらかいで開催されました。JA秋田なまはげからは予選を勝ち抜いた15名が代表として出場し、早朝の雨模様を吹き飛ばすかのような快打を繰り上げました。出場した皆様、大変お疲れ様でした。



ZOOM!

開会式で高らかに選手宣誓をする佐藤正勇さん



### 大会結果

- 【個人】第2位 鈴木恭子さん
- 第4位 佐々木強さん
- 第17位 矢萩ミチ子さん
- 【団体】第3位 秋田なまはげA(追分)
- 第9位 秋田なまはげC(河辺)
- 第15位 秋田なまはげB(飯島)

入賞した皆様、おめでとうございます!

### 今月のレシピ

## シェフ永井のおすすめ

### Recipe 白身魚の揚げだし菊花あん



材料 2人分

- 白身魚(マダイなど) …… 100g(2切れ)
- 塩 …… 適宜
- 打ち粉用片栗粉 …… 大さじ1
- 蒸し栗 …… 5粒
- シメジ …… 1パック
- ミニトマト …… 3個

- 食用菊 …… 適宜
- サラダ油 …… 適宜
- 水溶き片栗粉 …… 大さじ1

#### 合わせだし汁

- かつおだし …… 1カップ
- 薄口しょうゆ …… 大さじ1
- みりん …… 大さじ1

#### 作り方

- 1 白身魚の切り身に塩を振り1時間ほど置く。
- 2 鍋に合わせだし汁の材料を入れて沸かし、ばらしたシメジ、酢水(材料外)でしっかりゆでた食用菊、四つ切りにしたミニトマトを入れ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- 3 1に打ち粉をし、蒸し栗は砕いておく。フライパンにサラダ油を入れ180度まで熱し、白身魚と蒸し栗を別々に揚げる。
- 4 揚げた白身魚を器に盛り、2を回し掛け、揚げた栗を散らし、彩りでディルなど(材料外)を添える。

### 永井 智一

ながい ともかず

茨城県笠間市にある「キッチン暗人(ハレジン)」オーナーシェフ



### 編集後記

全国で大規模な水害が続き、自分の備えを見直すこの頃です。「備えあれば憂いなし」と言いますが、備えれば備えるほど「あれも必要な」「これで本当に大丈夫だろうか…」と憂いは増えるばかり。ニュースなどで「最大規模」と言われても想像がつかないのも事実です。「防災」はもちろんですが、まずは「減災」の意識でコツコツと備えていきたいですね。(進藤)



JA秋田なまはげ  
ホームページ QRコード  
スマートフォンでの閲覧にも  
対応しております!

