キビナゴのポルペッティ・トマト煮

* ポルペッティ…イタリア風肉団子



材料(2人分)

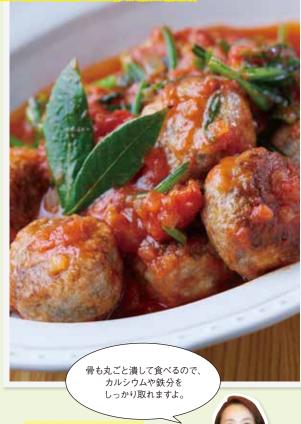
- ●キビナゴ ··· 150g ●塩 ··· 少々 ●ジャガイモ ··· 200g
- ●小麦粉 … 30g ●オリーブオイル … 適量

【トマトソース】

- タマネギ … 1/2個 トマト水煮缶(カットタイプ) … 1缶
- ローリエ … 2~3枚塩 … 小さじ1ホウレンソウ … 80g
- オリーブオイル … 適量

つくり方

- まビナゴの頭とお腹と尻尾を外して、塩少々を振り、5分ほど置く。 さっと洗い、キッチンペーパーなどで水気を取り、フードプロセッ サーで細かくする(もしくは包丁でミンチ状になるまでたたく)。 塩を入れ、よく混ぜる
- 2 ジャガイモは皮をむき適当な大きさに切って塩を入れた熱湯でゆ でて潰す。小麦粉と①を加え、均一になるようにしっかりこねる
- 3 12個に丸めて、温めたフライパンにオリーブオイルを敷き、表面を
- 4 トマトソース用のタマネギをみじん切りにして、オリーブオイルでし んなりするまで炒める。トマト水煮とローリエ、塩を入れ、3~4分火 を入れたら、3~4cmの長さに切ったホウレンソウを入れる
- ⑤ 全体がなじんだら、⑥を入れ、軽く煮て、出来上がり



作ってくれたのは・・・ 料理家 濵口 智子 先生

長崎市内で料理教室を主宰。 県産食材を生かした和洋中伊 の家庭料理やテーブルコーディ ネートが好評。





中村知事から表彰状を受け取る花房牧場の綾部寿雄代表理事

昨年11月17日、平成30年度ながさき農林業大賞表彰式を開催しました (ながさき水産業大賞表彰式と同時開催)。

「ながさき農林業大賞」は、地域の特性を生かした先進的な農林業を展開 し、成果を上げている農林業者などを表彰し、その功績を広く県民の皆さんに お知らせするものです。13回目となる今年度は、農林水産大臣賞および県知 事賞を受賞した畜産農家・農事組合法人花房牧場(南島原市)をはじめ、知 事賞10点、運営委員会長賞11点、特別賞1点の合計23点が表彰されました。

今後、県民の皆さんに本県の農林業の元気な姿を知っていただくため に、選りすぐりの生産品を販売するトップファーマーフェアの開催などを通 じて、受賞者の取組みを紹介していきます。

県の農政課 ☎095-894-2919

ながさき農林業大賞

平成30年度ながさき農林業大賞 表彰式を開催しま 0



お子さんの急な病気やケガなどで心配な時は、 小児救急電話相談「#8000」へ

夜間や休日、経験豊富な看護師が、家庭での対処方法や医療機関の受診の必要性について 電話で相談に応じます。



「#8000」(携帯電話からも可能)

つながらない方や松浦市鷹島町・福島町に お住まいの方は「☎095-822-3308」へ

●相談受付時間· 毎日18時~翌朝8時

※日曜・祝日は24時間対応

●対象者· 15歳未満の子どもの保護者など

●相談料……… 無料(通話料のみ)

子どもの急な病気(発熱、頭痛、おう吐など)、

ケガなどへの応急処置や受診の必要性など

(ただし、病気の診断は行いません)

県の医療政策課 ☎095-895-2461

長崎県小児救急電話相談 検索

「その場にいながら移住先探し!」 VR動画を初公開!



VR動画を視聴した来場者からは、「写真で見 るよりも現地にいるような実感が湧いた」と 好評でした。

県ではIターンを希望される方向けに、県内の暮らしや文化を 体験していただくためのVR*動画を制作し、昨年12月2日に福 岡市で開催された「ながさき暮らし相談会」で初公開しました。

動画の内容は、県内各地へIターンされた方のお気に入りの 場所、町の風景、自宅の様子などを撮影したものとなっていま す。専用の機器を装着することで全方位を見渡せる6種類の VR動画が、県外で開催される移住相談会や東京の移住相談 窓口で視聴可能です。実際に本県へ足を運ぶ前に現地の様子 を体感でき、生活の魅力を伝えることができるツールとして活 用していきます。

※Virtual Realityの略で、仮想現実と訳される。コンピューターの中に作られた仮想的な世界を、現実のように体験させる技術

県の地域づくり推進課 ☎095-895-2241

地域づくり推進課 検索

10