村上の食材を使った 今月のレシピ♪

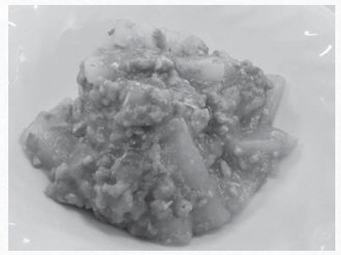
MURAKAMI FOOD PRIDE

麻婆大根

【材料（4人分）】　☆=村上の食材

☆大根……20㎝
豚ひき肉……160g
長ネギ……1本
ニンニク……1かけ
ショウガ……1かけ
味噌……大さじ2
酒……大さじ2
オイスターソース…大さじ2
片栗粉……大さじ1
水……100ml
ゴマ油……大さじ3
豆板醤……大さじ1/2
塩……適宜
こしょう……適宜
粉山椒……適宜

【作り方】
①大根は厚さ１㎝のイチョウ切りにし、長ネギ、ニンニク、ショウガはみじん切りにする。味噌、酒、オイスターソース、片栗粉、水をよく混ぜ合わせておく。
②フライパンを熱し、ゴマ油をひき、長ネギ、ニンニク、ショウガを炒め、香りがしてきたら、豆板醤を加えて炒める。
③②に豚ひき肉を加えて、ほぐしながら強火で炒め、色が変わったら大根を加えて、さらに炒める。
④大根に油がまわったら、水250ml（分量外）を入れ、中火で７～８分煮込み、大根が柔らかくなったら、①の合わせ調味料を入れる。
⑤塩、こしょうで味を整えて、器に盛り、粉山椒をふる。



Check! 大根を煮込む際、水が無くなったら足す。粉山椒や豆板醤でお好みの辛さに!!

村上市食材PRプロジェクト
こちらで村上の食材を紹介しています。

図書館へ行こう

新着図書情報

■中央図書館３月の休館日■
4日、8日、11日、18日、25日
■中央図書館の開館時間
火曜～金曜日　午前９時～午後７時
土・日・祝日　午前９時～午後５時

○おへそものがたり（中嶋博和）農山漁村文化協会

◆悪口を言われても気にしない人の考え方（堀もとこ）あさ出版

◆成瀬は信じた道をいく（宮島未奈）新潮社

◆江戸咎人逃亡伝（伊東潤）徳間書店

◆博士はオカルトを信じない（東川篤哉）ポプラ社
◆鳥人王（額賀澪）光文社
◆絶景サウナ旅（川邊美穂）三笠書房
◆暗闇の美術（S.エリザベス）求龍堂
○ココロの花（八束澄子）新日本出版社
○川の科学ずかん（知花武佳）文研出版
○異形見聞録（藤白圭）PHP研究所
○たべてみて！（ジゼル・ポター）BL出版
○小学生になったらえほん（長谷川康男）ポプラ社

ホームページ

◆…一般書　○…児童書　問い合わせ　中央図書館　☎53－7511

図書館司書のおすすめ本

◆みおもて谷の物語
くぼたまみこ/著、東京図書出版
三面川の上流にある、谷あいの小さな村で出会ったのは、自然と共に暮らす人々と元気な子どもたち。
昭和56年から２年間、小学校教員として赴任した市出身の著者が、山菜採りやクリ拾い、クマの解体など、当時の生活を懐かしく思いながらつづった物語です。
紹介者：図書館司書○

おたんじょう

※１月11日から２月10日での届け出です（敬称略）※保護者やご遺族などの了承を得て掲載しています

■村上地域

（出生児）	（届出者）	（行政区または住所）
瑛士	中山　和希	山辺里
春陽	中村　雄貴	杉原
栞那	中村　雄貴	杉原
詩織	大田　聖也	塩町
直久	本保　忠幸	山辺里
紬生	稲垣　晴比古	鍛冶町
直	村山　智雄	緑町一丁目
陽愛	二ノ瀬　絢介	山辺里

■荒川地域

友護	磯部　俊幸	花立
樂	佐藤　直	藤沢
咲喜	鈴木　幸喜	大津
千隼	佐藤　辰也	大津
幸花	渡邊　京祐	山口

■神林地域

茉緒	横山　群	下助渕
紗來	山崎　桐人	平林
榛太	近　直人	山田

■朝日地域

暖翔	小田　優也	塩野町
晃	梁川　光英	黒田
陽大	長谷川　直人	大場沢

■山北地域

柚暖	富樫　勝司	朴平

おくやみ

■村上地域

鈴木	ハマ子	86
鈴木	圭子	84
竹内	れい子	71
石黒	ヨシイ	87
伊藤	功	87
五十嵐	忠	86
小野	サキ	87
村井	ミヨ	81
倉崎	廣一	92
佐藤	俊和	78
高橋	日出雄	83
佐藤	アヤ	96
東海林	富男	93
榎本	勲	88
前田	隆生	69
川内	ミツコ	88
鈴木	英夫	80
吉田	ヤエ	100
斎藤	房子	91
佐藤	アヤ子	86
石栗	順次	91
青山	惠子	89
横山	俊夫	81
成田	晃	91
土田	恵美子	88
大滝	信一	92
渡邊	トイ	87
伊藤	キミ	98
佐藤	征夫	77
舩山	由喜男	73
瀬波浜町		
大工町		
飯野三丁目		
庄内町		
緑町三丁目		
下渡		
松原町一丁目		
緑町一丁目		
飯野三丁目		
坪根		
八日市		
大関		
岩船縦新町		
羽下ケ渕		
大町		
鋳物師		
岩船下浜町		
日下		
東興屋		
八日市		
田端町		
学校町		
庄内町		
大欠		
飯野桜ケ丘		
庄内町		
山居町二丁目		
浜新田		
山居町一丁目		
松原町一丁目		

■荒川地域

中川	喜美子	83
志村	美智子	79
佐藤	テイ	88
高橋	イワ	84
遠山	ハル	89
遠山	テツ	100
山口	虎男	93
小池	國則	74
渡邊	クニ	95
松田	ハナ	101
大谷	直吉	91
坂町		
下鍛冶屋		
中倉		
名割		
金屋		
金屋		
坂町		
長政		
佐々木		
坂町		

■神林地域

川崎	晃平	95
八藤後	ミツヱ	96
大矢	キミヱ	99
瀬賀	和夫	91
佐藤	フヨ	92
東	登亥	88
大宅	ナリ子	80
石田	茂	94
阿部	武雄	90
佐藤	アヤ	83
笹田	淳子	63
押切	セイ	100
小田	トヨ	91
佐藤	善吉	92
佐藤	勉	93
北新保		
上助渕		
南大平		
福田		
塩谷		
南田中		
牛屋		
松沢		
桃川		
葛籠山		
下助渕		
飯岡		
桃川		
福田		

■朝日地域

青山	ウメ子	90
五十嵐	哲夫	85
菅原	榮	88
岩崩		
猿沢		
岩沢		

■山北地域

三浦	繁二	89
小林	キミ子	94
五十嵐	茂三郎	92
本間	友利	93
富樫	信一	74
渡辺	スイノ	90
大滝	トイ	94
府屋学校町		
寒川		
伊呉野		
浜新保		
越沢		
脇川		
北中		

横井	フミ子	90
佐藤	貞悦	90
相馬	一男	94
井上	正見	65
石栗	幸一	92
菅原	慶治	88
横井	イツ	94
鈴木	義麿	85
長谷川	良男	73
下新保		
猿田		
高根		
猿沢		
宮ノ下		
蒲萄		
下新保		
上野		
下新保		

人口と世帯数

（２月１日現在）

人　口	54,662人（－103）
男	26,305人（－37）
女	28,357人（－66）
世帯数	22,220世帯（－27）

※（　　）は前月比