



# 竹鶏かわら版

1月号 (20号)



あけましておめでとうございます。  
今年も、竹鶏ファームスタッフ一同張り切ってまいります。  
今年の干支は、『いのしし』猪のごとく突っ走り進んでいけるように  
頑張ります。ことし一年また、お付き合い下さい。今年目標は  
『感謝の心を忘れず鶏と卵と関連商品の充実をめざす』です。一  
年かかって、ゆっくり目標めがけて歩んでいきます。見守ってね！

食の康へのは食えのはあすを 政 国  
生はがほでするなゝるる満そ策民食  
活適得どすでを習さ若とた足れと全生  
を切らほ。す少慣一い言めでとし体活  
みなれど肩。しを放人えにき同てのの  
つ食の肘そで身食たるもる時唱健乱  
め生し食むもににちのーもにえ康れ  
活と事張そ改つがにで崩のーら維で  
みでいをらも善けあみす食と一れ持  
ますうすず食しるりら。し人てする  
し。これにとて食まれ一をて一いる  
よ年とぼ考はい育する崩く、人また崩  
うのだ、え人くは。食食い生がすめ食  
。初けそまをこ、食へし止活自。にし  
めでこし良と一にののめの分 食を改  
にすそよくに崩つこ背る質の 育が善  
自。こうす繁食いだ景必を食 国  
分あ。るがとてわに要維生 国  
の健 もる放考り が持活 の、

「一人一人の生活の質を  
維持するために」  
「食生活の満足のための  
食育」



初冬の  
どこかしこ  
ひんやりとした  
空気の中歩く道。  
「えっ この花が今頃」  
と春の夏の季節に  
咲くはずの花を  
見つける今年です。

四季折々の移ろい  
少しづつ うすらい  
いつているのでしょうか  
どうして咲いて  
しまったのでしょうか。

でも、ある日川で  
のんびりと  
羽根を休めている  
数羽の白鳥に出逢い  
やはり季節は  
流れていることを  
知りました。

これまで画帖に  
描きためた  
素描から、  
その時季、  
風よ、色よ、音よ  
思い出しながら  
一枚一枚  
木版画にしました。

今年も又皆様に  
お目にかかれることが  
できましたら  
とても 幸福です

春待月  
笠子

詩絵 萩

## “竹鶏物語の伊達巻き”はいかが？ (佐々木シェフ・地域食材研究家)



- 【材料】4人分
- たらの切り身・・・200g
  - むき海老・・・100g
  - 竹鶏物語卵・・・8個
  - 片栗粉・・・大さじ2
  - 砂糖・・・200g
  - 薄口しょうゆ・・・大さじ1
  - 酒・・・大さじ1

### ◇作り方

- 生地**
1. すり鉢に皮をはずした、たらの切り身と背わたを取ったむき海老を入れてすり潰す。
  2. 塊が無くなったら塩と片栗粉、砂糖、酒を入れてさらに練り込む。
  3. 少量ずつ溶き卵を入れていく。(だまにしないように)
  4. ボウルに卵白と塩ひとつまみを入れて泡立てる。角が立つくらいになったらすり鉢の中身と合わせる。
- 焼く**
1. オープンを200度に熱しておく。
  2. オープンハットにオープンシートを敷いて生地を流しオープンへ。
  3. ふくれ始めたらグリルモードにして表面をこんがり焼く。
  4. 全体に火が入ったら巻きすに焼き目を上にして巻いて焼く。
  5. 輪ゴムなどで型を崩さないように固定して冷ます。

