

津市ホームページバナー広告募集中！

問い合わせ 広報課 ☎229-3111 FAX229-3339

▶ 広告掲載料

1 枠あたり月額 2 万円(消費税・地方消費税を含む)

▶ 申し込み単位・応募枠

1 カ月単位で 1 社(者)あたり 1 枠

▶ 掲載期間

1 カ月以上で平成29年 3 月 31 日を超えない期間

▶ 申込期間

随時受け付け

▶ ホームページアクセス件数

総アクセス件数…月平均約 70 万件

※ 応募方法など詳しくは津市ホームページをご覧ください。



総合
トップページ

市民のみなさまへ
トップページ

アクセスするたびにランダムに表示されます



Tsu city 津ぶっこで おいしいレシピ

サクッとろっ三重ロール



材料(1人分 456kcal)

- 豚ロース薄切り…80g
- 塩、こしょう…少々
- キャベツ…75g
- ニンジン…15g
- 青しそ…2枚
- スライスチーズ…2枚
- 春巻き…1枚
- 乾燥シイタケ…2個分
- 卵…適宜
- パン粉…適宜
- 薄力粉…適宜
- 揚げ油…適宜

作り方

- ① ニンジン、キャベツは水からゆで、キャベツは芯を取り除き、軽くゆでる
- ② 乾燥シイタケをフードプロセッサーで粉砕しパン粉と混ぜる
- ③ 豚ロースに塩、こしょうをする
- ④ 下から豚→青しそ→チーズ→キャベツ→ニンジンの順にのせ、包丁で4等分にし、春巻きの皮で巻く
- ⑤ 薄力粉→卵→②の順に衣をつける
- ⑥ 180度の油で3～4分揚げる

↑おいしくてヘルシーなメニューが全10品!市本庁舎などで絶賛配布中

津ぶっこレシピ集できました！

久居農林高校生活デザイン科の生徒が考案し、小学校の給食献立にも活用されている「津の食材で美味しいレシピ」のレシピ集が久居農林高校より発行されました。部数に限りがありますので、希望する人はお問い合わせください。

問い合わせ 農林水産政策課 ☎229-3172 FAX229-3168

