

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 FAX 229-3339

広告掲載料 1 枠当たり月額 2 万円(消費税・地方消費税を含む)

申込単位・応募枠 1 カ月単位で 1 社(者)当たり 1 枠

掲載期間 来年 3 月 31 日まで(1 カ月からの申し込み可)

申込期間 随時受け付け

掲載ページアクセス件数 月平均約 23 万件

※応募方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



Tsu city つ乃めぐみのおいしいレシピ

ミネストローネ



野菜は旬のものを使おう！ピーマンやズッキーニ、パプリカ、ブロッコリーもイイネ。かさ増しには水煮大豆やゆがいた雑穀などもグッド。トマトジュースの代わりに完熟トマトを使ってもおいしいよ♪



材料等(4人分)

- | | |
|---|---|
| <p>A</p> <ul style="list-style-type: none"> 玉ねぎ…1/2 個 人参…1/2 本 じゃがいも…1～2 個 キャベツ…2 枚 しいたけ…2 枚 いんげん…3 本 ウインナー…2 本 オリーブオイル…大さじ 1～2 ニンニク(みじん切り)…小さじ 2 | <p>B</p> <ul style="list-style-type: none"> 水…400cc トマトジュース…300cc コンソメ…2 個 砂糖…大さじ 1 塩、こしょう…少々 粉チーズ(お好みで) |
|---|---|

作り方

- ① A を 1 cm 角に切る。
- ② いんげんを 1 cm 幅、ウインナーを 5 mm 幅に切る。
- ③ 鍋にオリーブオイルとニンニクを入れ、中火にかけて①の野菜を加え、具材に油が回るまで炒める。
- ④ ③に B を入れて沸騰したらウインナーを加え、弱火にして 15～20 分煮る。途中でいんげんを加える。
- ⑤ 塩、こしょう、砂糖で味を整える。
- ⑥ お好みで、粉チーズやオリーブオイルをかける。

「つ乃めぐみ」ってだあれ？

津市の農林水産物の魅力を伝えるアイドル。地元の生産者さんが贈ってくれた、シイタケの三度笠、キャベツの道中かっぱ、コウナゴの耳飾りを身に着けています。

今回は、津市産の食材をふんだんに使用する人気企画「つ乃めぐみ料理教室」のレシピから、「ミネストローネ」をご紹介します。次回もお楽しみに♪

めぐみが歌って踊る PR 動画をチェック！



津市農林水産物
利用促進協議会
ホームページ



問い合わせ 農林水産政策課 ☎229-3172 FAX 229-3168