



小学校上だより

7月号

学校上支援員T

♡♡♡今月の注目イベント♡♡♡

2日(火) 駒幸夫さん三味線ライブ (釜石出身)

15:00~16:00



3日(水) タコパ(たこ焼きパーティー)談話室前駐車場にて

11:00~14:00



13日(土) 安藤さんのマッサージ

9:30~11:00



今年も七夕飾りを飾りつけます

談話室に短冊を用意していますので、

皆さんも、短冊に願いを込めて飾り付けませんか



今月のおすすめ料理 サッパリ!初夏にシソ餃子

材料:(2人分)

餃子の皮(大判)	12枚
豚ひき肉	180g
シソ	10枚
青ネギ(小口切り)	5g
小松菜	1茎
オイスターソース	小さじ2
塩	小さじ1
水	大さじ2
生姜(チューブ)	小さじ1
にんにく(チューブ)	小さじ1

1. 青ネギは小口切り。シソは縦に3つに切ってから細切り。小松菜は茹でたあと、細かいざくざりにする。
2. ボールに、豚ひき肉をあげ、オイスターソース、塩、水、生姜、にんにく、1を入れ、よく混ぜる。
3. 皮が破けない程度に、多めにタネを入れて、包む。
4. フライパンに油を熱し、3. を隙間なく並べる。あらかじめ沸しておいたお湯を、ひたひた程度に注ぐ。
5. 蓋をして、強火のまま蒸し焼きに。お湯が少なくなったら蓋を取る。
6. 水分を蒸発させて、焼き目をつけてできあがり♪

おいしく作るポイント

小松菜の水分をよく切ること

