

広告

■編集・発行／石狩市企画財政部市民の声を聴く課 〒061-3292 北海道石狩市花川北6条1丁目30番地2 TEL.0133-72-3153 FAX.0133-74-5581
 【ホームページ】<http://www.city.ishikari.hokkaido.jp/> 【携帯電話用HP】<http://www.city.ishikari.hokkaido.jp/k/> 【Eメール】PR@city.ishikari.hokkaido.jp

■制作／株式会社キューブデザイン
 ■印刷・製本／株式会社アインワード

この広報紙は再生素材を使用し、
 再生用紙は、大気汚染防止のため
 印刷時にオゾン抑制剤を使用しています。



いしかりのニホ さけ 鮭せんべい

「鮭せんべい」は、石狩手づくり食品の会さんが平成12年の「鮭アイディア料理コンテスト」に出品したもので、子どものおやつにもおススメ。びん（特にビールびんが最適！）でサケをバンバンたたいて薄く伸ばすのがコツで、ちよつとしたストレス発散になるかもしれません。



同じ作り方で、サケの皮を揚げれば「皮せんべい」になります。こちらは酒のさかなにぴったりですよ。

作り方

- ① サケを5mmくらいの薄切りにする（半冷凍状態で）
- ② 1枚ずつ片栗粉を付けた後、ラップで挟み、めん棒あるいはびんの底でたたいて薄く伸ばす
- ③ 油を熱し、②をカラッとなるように揚げる
- ④ 塩・コシヨウを振り掛け、風味を付ける（お好みでなんばん、ガーリックもおいしい）

材 料

- 生サケ（切り身）…1〜2切れ
- 片栗粉・揚げ油・塩・コシヨウ…適宜

【コンビ協力】石狩手づくり食品の会
 石狩産の食材にこだわり、料理研究を続ける市民団体です。