

みんなの 掲示板



やっとできた菜の花畑です。
来年も頑張ります。

菜の花会・川村純一さん(柏原)



進級式できました！先生方
に感謝！

はるき、こうき(青柳)

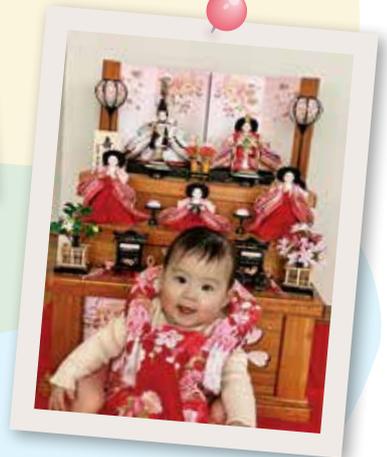


秋はコスモスが咲き誇っていた
市民会館前、春は一面の菜の花。
ひのすけ(富士見)



入園おめでとう！

たかすけ(柏原)



初節句♪おめでとう！

ゆずびママ(南入曾)

投稿募集!

皆さんが市内で撮った写真や、広報さやまへ
のご意見を募集しています。

●応募方法

氏名(ペンネーム可)、振り仮名、住
所、電話番号、メッセージを記入し、
電子メールで写真データ(1MBま
で)を広報課までお送りください。



入間川の鯉のぼりを見に行きました

ちゃんな(柏原)



今月のメニュー

韓国風焼ナス

今月の食材

ナス



材料・4人分

●ナス5本 ●牛肉(うす切り)200g ●ごま油大さじ4

A ●長ネギ(みじん切り)大さじ2 ●砂糖大さじ1

●しょうゆ大さじ2 ●すりごま大さじ1

●ごま油大さじ1 ●ニンニク(おろし)小さじ1

●コショウ少々

B ●しょうゆ大さじ2 ●レモン汁大さじ1

●酢大さじ1 ●松の実(みじん切り)小さじ1

※ **B** はポン酢大さじ3、白ごま大さじ1でも代用
できます

●狭山産の食材を使ったレシピをご紹介します

●「狭山市公式キッチン」としてクック
パッドにも掲載しています!



作り方

- ①ナスはヘタを取り、縦に4枚に切る
- ②ごま油で両面に焼き目が付くまでこんがり焼く
- ③牛肉を **A** で絡めて火が通るまで炒める
- ④②で③を挟むようにして並べる
- ⑤ **B** を付けて食べる