

親子で作ってみよう

旬の食材を味わう

本庄お手軽レシピ



■材料 (小さめ6個分)

じゃがいも 2個、玉ねぎ 1/4個、ベーコン 4枚、ブロッコリー 1/2個、コーンお好みの量、にんじん 1/3本、チーズ1枚、クラッカー 6枚、マヨネーズ大さじ5、塩胡椒少々

★おいしいブロッコリーの見分け方！

つぼみが小さく、粒が揃っていて、ぎゅっと引き締まっているものが◎。切り口がみずみずしく新しいものを選びましょう。



〈作り方〉

1. ブロッコリーは小房に分けて、塩茹でする。ブロッコリーのつぼみは飾り用に残しておき、茎を小さめに切っておく。
2. じゃがいもは皮をむいて小さめに切り、耐熱皿に入れて、ラップをかけて電子レンジで6分加熱後、熱いうちに粗く潰す。
3. 玉ねぎはみじん切りにして、ラップをかけて1分加熱する。ベーコンは1cm幅に切っておく。
4. 粗熱がとれた2にマヨネーズを加えて、切った材料とお好みの量のコーンを入れてよく

クリスマスにもぴったり！

ブロッコリーの
ポテトサラダツリー



混ぜ合わせ、塩胡椒で味を調える。

5. 4をクラッカーにのせて、ブロッコリーやにんじん、チーズを飾り付けて完成♪

★ブロッコリーを茹でる時のポイント！

つぼみと茎では火の通りが違うので、茹でる時は切り分けて、茎から先に鍋に入れるのがコツ。茹でた後、水で洗い流さないように注意してください。つぼみだけでなく茎もビタミンCなどの栄養が豊富なので、丸ごと使い切りましょう。

Instagramでレシピ公開

★農政課 ☎ 25 - 1 1 7 7



広報アンケートでお店をPRしませんか

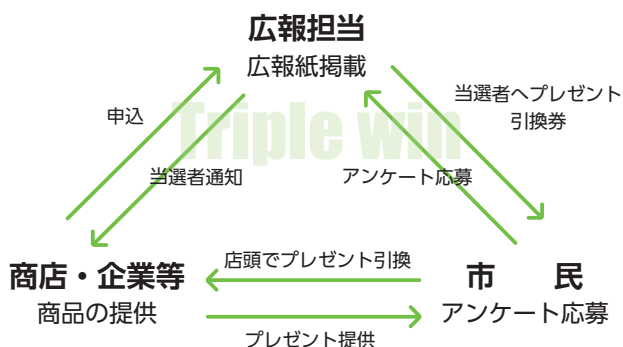
発行部数 **32,500部!**

掲載料 **無料!**

裏表紙に**カラー掲載!**

お店で**プレゼント交換!**

広報アンケートのコーナーでは、プレゼントを提供していただける企業・商店等を募集します。お店のPRにぜひご活用ください。



◆広報アンケートの流れ

- 1.商品提供申込書を提出
- 2.広報紙にアンケート・プレゼント・お店の紹介を掲載
- 3.当選者にプレゼント引換券を送付
- 4.当選者が店頭で引換券とプレゼントを交換

◆申込

申込書に必要事項を記入のうえ、郵送・メール又は直接下記へ

※詳しくは、要領をご覧ください。申込書・要領は広報課（市役所3階）で配布又は市ホームページからダウンロードできます。

◆申込先

〒367-8501 本庄市役所広報課
広報アンケート係

☒ kouhou@city.honjo.lg.jp

※件名に「広報アンケート申込」と明記。

★広報課 ☎ 25-1155

