

とっていき!



鮮やかな彩りで
食卓を華やかに

ニンジン キッシュ

ニンジンの甘さを楽しんで。

とっとり
県政だより 2

2020(令和2)年2月号

編集発行 / 鳥取県広報課 〒680-8570 鳥取市東町1丁目220
電話 0857(26)7840 ファックス 0857(26)8122 Eメール kouhou@pref.tottori.lg.jp

Recipe

【協力】鳥取西部農業協同組合

☎0859-34-1141 📠0859-37-5870

https://www.ja-tottoriseibu.or.jp/agri/recipe/detail/kiisyu_ninjin



素材について

秋から冬にかけて旬を迎えるニンジン、県西部の砂丘地帯で盛んに栽培。くせがなく甘いのが特徴で、ジュースにしてもおいしくいただけます。



【材料】(2人分)

1人分 885kcal 塩分 2.3g

ニンジン	1本	卵	2個
ベーコン	1枚	牛乳	250ml
バター	10g	生クリーム	250ml
ピザ用チーズ	50g	塩、こしょう	適量

【作り方】

- ①ニンジン千切りにする。フライパンにバターとニンジンを入れ、しんなりするまで炒める。
 - ②①に5mm幅に切ったベーコンを加え、炒める。火を止めてしばらく置き、粗熱をとる。
 - ③②に卵、牛乳、生クリームを加えよく混ぜ合わせ、塩、こしょうで味を調える。
 - ④耐熱容器に③を入れ、ピザ用チーズをのせ、180℃に予熱したオーブンで約30分焼く。
- ※好みで土台にパイシートを使うと、丸ごと食べられるパイキッシュに。

2019年4月号から農作物をおいしく食べてもらえるレシピを掲載中。

**ご家庭や学校・幼稚園、福祉施設
などの除菌・衛生管理に**

人と環境にやさしい微弱酸性消臭水

Medical Care Water

メディカル・ケア・ウォーター

安心安全
safety

除菌
antibacterial

消臭
deodorant

人の集まる場所の衛生管理、またトイレ・生ゴミ等の除菌・消臭にもご利用ください。福祉施設での導入実績もあります。詳しくは下記までお問合せください。

NC 株式会社 **エヌ・シー** ☎0120-673-237
NC Co.,Ltd. 〒680-0904 鳥取市晩稲433

【広告】

2月

「相続登記はお済みですか月間」

相続登記は司法書士におまかせください

- 鳥取県内の司法書士が、2月中、各事務所にて相続登記に関する無料相談を実施します。
- 毎週月曜から金曜(午後1時～午後4時)の無料電話相談(☎0857-27-4165)と毎月1回の無料面談相談を実施しています。

鳥取県司法書士会
検索

お問い合わせは **鳥取市西町1丁目314-1**
鳥取県司法書士会 ☎0857-24-7013

※広告は広告主の責任において掲載しています。広告内容などを県が推奨するものではありません。