



栗ご飯



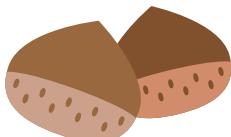
簡単でおいしい料理を紹介して
ください。
最寄りの NOSAI までご連絡を
お願いします。

人気っきんぐ

●材料

4~5人分

- ・うるち米……1合
- ・もち米……2合
- ・栗………20個程度
- ・ゴマ塩……適量



【★合わせ調味料】

- ・白だし……大さじ4
- ・酒………大さじ3
- ・みりん……大さじ2
- ・三温糖……大さじ2
- ・塩………小さじ1



①洗った栗を冷凍庫に入れ一晩置く。使うときは熱湯に5分ほど浸し、お尻側から包丁で切り目を入れて鬼皮と渋皮を剥く。

- ②①を少量の重曹を入れたお湯でひと煮立ちさせる。よく洗ったら栗の色がきれいにできるように半分にカットする。
- ③米は軽く洗い30分ほど水に浸しておく。その間に合わせ調味料を作つておく。

- ④炊飯器に米と合わせ調味料を入れ、水を規定のメモリまで足し栗を平らにのせる。混ぜ込まないようにしましょう。
- ⑤炊けたらゴマ塩をお好みでふりかけて完成。



宇城市
かわむら ゆか
川村 由香さん



秋冬はおいしい食べ物がたくさんあるので、料理が楽しくなりますね。皆さんもぜひ作つてみてください。

読者からのメッセージ

NOSAIクイズにご応募いただいた方からたくさんのメッセージをいただきました。その中から一部をご紹介します。

阿蘇市 おばちゃんさん (82)
80代になつても農業に頑張っています。元気の源です。
すばらしいですね！これからを担う世代の方々に響くお言葉です！
生涯現役で頑張りましょう！

熊本市
かとちゃんさん (72)

間違いながら脳トレーニングで健いいつも探しながら楽しんでます。
健康で長生きしたいですね。
楽しみながら脳トレーニングで健康維持ですね！これから寒くなりますがので、頑張ります！

美里町 小梅ちゃんさん (61)
NOSAI熊本いつも楽しみにして読んでいます。主人がリサイクルがないかと一緒に見ていました。私は野菜を物産館に出して、野菜の作り方など参考にしています。これからも宜しくお願いします。

八代市 カワ好きさん (64)
10月は最適な時期ですね。これからは寒さもソーリングの醍醐味になりますが、安全運転で楽しめで、バイククリーニングが気持ちいいです。

玉東町
まさやんさん (11)

はじちゃんが農業をやっています。今は、毎週お手伝いです。お手伝い偉いですね。まさやんさんとお仕事ができておじいさんも喜んでいると思います。これからも頑張ってくださいね！

和水町 えいちゃんまんさん (53)
今年、我が家の大木は実がいっぱい落ちて豊作でした。NO農業で

五和町 エスコさん (69)
もうすぐ10歳になります。年をとるのは早いものです。魚つりをして、家庭さいえんをしたり、自分なりに楽しんでいます。

鹿央町 やまがのやまもんさん (52)
農機具リサイクルの内容をネットにのせてほしい。
「NOSAI熊本」で検索すると組合のホームページがあります。広報紙ひのくにで掲載される農機具リサイクルがご覧になりますよ！

山都町 かえるさん (52)
大分県から裏家に戻り2年目です。農業も2年目で、今年は台風にも負けずお米がたくさんとれました。来年も頑張ります！

和水町 えいちゃんまんさん (53)
無農薬いいですね。想像しただけでおいしそうです。来年は栗狩りに行きたいです！

人吉市 N.Nさん (66)
表紙写真(シャインマスカット)の収穫いいですねえ。今までの親子写真も好評でしたが、夏季号から農作業をテーマにしています。これから表紙も楽しみにしていてください。

和水町 えいちゃんまんさん (53)
今年、我が家の大木は実がいっぱい落ちて豊作でした。NO農業で

和水町 えいちゃんまんさん (53)
無農薬いいですね。想像しただけでおいしそうです。来年は栗狩りに行きたいです！

和水町 えいちゃんまんさん (53)
無農薬いいですね。想像しただけではあります。栗狩りに行きたいです！

郵便はがき

8 6 1 - 4 2 1 4

63円切手を貼ってください。

熊本市南区城南町舞原451-6

**NOSAI熊本
企画広報課 行**

※個人情報は、NOSAIの業務で使用させていただくこともあります。

農機具リサイクル申込内容 (1月31日必着)	
お名前(ふりがな)	
ご住所	
電話番号	携帯
No.	農機具名
購入希望価格 ※必ず購入希望金額をご記入ください。	

●ご応募は、郵便はがき1通につき1台でお願いいたします。
●複数希望の場合は別の郵便はがきに上記内容を明記の上、ご応募ください。

答えと当選者

[令和4年
11月30日現在]

NOSAI
クイズ
Quiz

ひのくに
第89号

321 通 正解率 74.1 %

A.



※インクのにじみ、漏れや色の若手の濃淡に関しては違いとしません。

●ネックマッサージャー (2名様)

梅木 計美さん (小国町) | 中村 光宏さん (人吉市)

●トマトケチャップ (10名様)

宮田 政昭さん (熊本市)	森野 シゲ子さん (阿蘇市)
倉岡 将大さん (美里町)	吉見 泰治さん (山都町)
小川 きほさん (玉名市)	草野 元延さん (八代市)
宮本 政子さん (山鹿市)	落合 たづ子さん (多良木町)
迫 安義さん (菊池市)	山本 容一さん (天草市)

※以上、12名様の当選者には、賞品をお送りしました。今回も多数の応募ありがとうございました。

多良木町
高木 美柚さん(21歳)
人折高校を卒業後、多良木町役場に入職し、税務課の業務を担当しています。入職当初は知らない専門用語も多く、知識を身に付けることが大変でしたが、住民の方々や上司に支えられ、日々の業務に励んでいます。先輩方に頼ってしまう部分もあるので、ひとつ一人で仕事ができるように頑張ります。

最近、地元野球チームのマネージャーを始めました。試合ではベンチに入りスコアアドツクを書いています。海外旅行にも興味があるので、ヨーロッパに行つてみたいですね。

野菜や果物などをいつもおいしくいただいている。私たちの健康が維持できているのは農家の方々が精一杯作ってくれる食のおかげです。たぶん感謝しています。

人折高校を卒業後、多良木町役場に入職し、税務課の業務を担当しています。入職当初は知らない専門用語が多く、知識を身に付けることが大変でしたが、住民の方々や上司に支えられ、日々の業務に励んでいます。先輩方に頼ってしまう部分もあるので、ひとつ一人で仕事ができるように頑張ります。

農業をすねいえで心がけていることは、「田舎でやないものを見なくす」ところのことです。以前、消毒が遅れ、田舎でやなかつたじがお、悔しい思いをしました。このことを教訓に、作物栽培の基礎を大切にしています。

趣味は、バイクツーリングです。3人兄弟の全員がバイク好きで、休日には、父と一緒にツーリングを楽しんでいます。阿蘇でのツーリングは気持ちがいいですね。

これからも消費者の皆さんのが安心・安全に食べられるおいしい農産物を食卓へ届けられるように頑張ります。

熊本市
平江 伸伍さん(21歳)

多良木町
高木 美柚さん(21歳)
人折高校を卒業後、多良木町役場に入職し、税務課の業務を担当しています。入職当初は知らない専門用語が多く、知識を身に付けることが大変でしたが、住民の方々や上司に支えられ、日々の業務に励んでいます。先輩方に頼ってしまう部分もあるので、ひとつ一人で仕事ができるように頑張ります。

農業をすねいえで心がけていることは、「田舎でやないものを見なくす」ところのことです。以前、消毒が遅れ、田舎でやなかつたじがお、悔しい思いをしました。このことを教訓に、作物栽培の基礎を大切にしています。

左の絵と比べて7つの間違いを見つけ違う箇所に○印をつけてください。



※色のにじみなどは、間違いではありません



イラスト製作:坂本美知

P R E S E N T S

正解者の中から抽選で下記商品をプレゼントいたします。

応募要領は右の専用はがきに解答を書き、63円切手を貼ってご応募ください。別のはがきにイラストを貼り付けてご応募いただいてもOKです。締め切りは令和5年1月31日必着。ご応募お待ちしております。

お寄せいただいたメッセージは本紙「読者からのメッセージ」に掲載させていただく場合がありますのでペンネームなどもお書き添えください。

プレゼント発送に必要な個人情報を発送元に提供する場合がありますのでご了承ください。

●トースター



2名様

●梨ドレッシング



10名様

※写真はイメージです。実際の商品とは異なる場合があります。

お名前(ふりがな)			
ご住所	〒		
電話番号	年齢		
ペンネーム			
メッセージや組合への要望など			