

返済にお困りの方へ **借金減額**してみませんか？

相談すれば、借金を減額・返済をストップできるかも！
利息を払いすぎていれば、
現金が戻ってくる可能性もあります。

あなたの借金はいくら減るのか
今すぐご確認ください。



秘密厳守で
親身に対応♪

相談無料 間違っても大丈夫！まずはお電話を！
司法書士法人 代表司法書士 杉山一穂
杉山事務所 0120-316-571

岡山市北区中山下1丁目8番45号 086-234-2877/年中無休 9:00~19:00 ※司法書士法第3条に定める代理権は訴訟額140万円以内です。他、不動産登記・法人登記・訴訟代理・相続問題等。岡山県司法書士会所属 司法書士 土屋良文 岡山767号 簡裁代理認定番号712160号

「桃太郎さんの地産地消どんぶり王 選手権」最優秀作品レシピ

農林水産課 ☎086-803-1346

「おかやま秋の収穫祭 地産地消マルシェ2021」内の企画として行われた「桃太郎さんの地産地消どんぶり王選手権」で、応募総数65件の中から選ばれた、最優秀作品「桃太郎さんのどんぶり王」レシピを紹介します。

岡山てんこ盛りで鬼退治するどん!!

考案者：奥村朋子さん



【材料（2人分）】

■メンチカツ

豚こま肉（200g）、マッシュルーム（4個）、レンコン（50g）、タマネギ（1/4個）、おからパウダー（大さじ1/2）、溶き卵（1/4個分）、塩こしょう（少々）、小麦粉・卵・パン粉・揚げ油（各適量）

■なす味噌だれ

(A) 【千両なす（20g）、赤みそ（大さじ1と1/4）、砂糖（大さじ1）、みりん（小さじ2）、水（大さじ1/2）、ごま油（小さじ1/4）】、すりごま（大さじ1/2）

■トッピング

刻み海苔、かいわれ大根（適量）、白米（1合）、黒豆（15g）
サイインゲン（4本）、ニンジン（1/6本）

■黒豆ごはん

■炒り卵

卵（2個）、塩（少々）

【作り方】

- ① 「豚こま肉」と「レンコン、マッシュルーム、タマネギ」をそれぞれフードプロセッサーにかける。
- ② ①を混ぜ、おからパウダー、溶き卵、塩こしょうを加えてこねる。
- ③ 12等分して丸め、小麦粉、卵、パン粉を順につけ、170℃の油で揚げる。
- ④ (A) を弱火で煮詰め、最後にすりごまを入れる。
- ⑤ 黒豆ごはん、刻み海苔、炒り卵、茹でたニンジン・サイインゲン、なす味噌だれ、メンチカツ、かいわれ大根の順にのせて完成。

