

渥美半島 大地と海の恵み 61

農政課 ☎23-3517

春野菜を食べよう！

【電子レンジで簡単！野菜も一緒に食べられる春キャベツのペパロンチーノ】

【材料（1人分）】

スパゲティ 1束（100g）茹で時間5〜7分のもの、ベーコン 2枚、春キャベツ 2枚（約100g）、しらす 大さじ1、オリーブオイル 大さじ1、チューブにんにく 1cm、輪切り赤とうがらし ひとつまみ、水 250cc、黒こしょう 適量

◆作り方

- 1 ベーコンは1cmほどに切る。キャベツは手で一口大にちぎる
- 2 深めの耐熱皿や耐熱ボウルに、スパゲティを半分折って入れる
- 3 その上に、水・オリーブオイル・にんにく・しらす・赤とうがらし・ベーコン・キャベツの順に入れる
- 4 ラップをかけて600Wの電子レンジで5



分加熱する

- 5 取り出して、全体をしっかりと混ぜて、同じようにラップして、電子レンジ600Wで5分加熱する。よく混ぜて、お好みで黒こしょうをふって完成！

（レシピ作成者ベジエール渥美 皿井 智穂）

野菜ソムリエになる方を応援します！

☎1003673

本市には、「田原市野菜ソムリエ育成支援事業補助金」という制度があります。ぜひご活用ください。

◆対象

次の要件をいずれも満たす方

- ① 市内在住・在勤・在学の方
- ② 4月1日以降に、一般社団法人野菜ソムリエ協会が認定する「野菜ソムリエプロ」および「野菜ソムリエ」の資格を取得した方

◆補助額

上限5万円（1名につき1回）

◆定員

1名（先着順）

※詳しくは市HPをご覧ください。か、お問い合わせください。



今月の花

4月の

渥美半島の花と鉢花

カスミノウ

（花／出荷時期：10月～6月）

花ことば

清らかな心

どんな花とも相性がよくアレンジやブーケに大活躍。県内1位の出荷量で、年間約90万本出荷されています。



アジサイ

（鉢花／出荷時期：3月～6月）

花ことば

移り気、冷淡

最近はお母の日の贈り物としても人気です。県内1位の出荷量で、年間約112万鉢出荷されています。

