

【さつまいものいがぐり揚げ】



-作り方-

- ① さつまいもを蒸し、皮を取り除き冷めないうちすりつぶす。
- ② 小さく丸める。(この中に季節の栗等を入れてもよい。)
- ③ ソーメンを2cmぐらいに切っておく。
- ④ 水に少し小麦粉を入れ混ぜる。
- ⑤ ④に②の材料を入れまぶしパットに入れ上からソーメンを振りかけるようにまんべんなくいがぐりのようにつける。
- ⑥ 中温の油で揚げる。

ワンポイント!

地域でとれたさつまいもでちょっと目先を変えてこんな可愛いおやつができました。簡単にできるのでお茶の間の友に、子どものおやつに作ってみてはいかがでしょう？

このコーナーでは、毎月いの町の山や川でとれる食材を使った料理やいの町の郷土料理を紹介します。

第8回は吾北地区のさつまいもを使った料理です。

※今回は、吾北地区農漁村女性グループ研究会(木ノ瀬生活改善グループ)のご協力を得て掲載します。



揚げ油	ソーメン	小麦粉	塩	砂糖	さつまいも
適宜	2束	適宜	適宜	50g	400g

材料(4人分)

吾北地区農漁村女性グループ研究会
(木ノ瀬生活改善グループ) から一言

木ノ瀬生活改善グループでは、金曜日を除く毎日、楽市加工所で農産加工品を作って道の駅「633美の里」に出品しています。会員が毎日交代で田舎寿司やまんじゅうを作っています。皆さん、是非道の駅「633美の里」にお越しください。

問い合わせ

企画課 ☎ 893-5855 FAX 892-0353

Eメールアドレス kikaku@town.ino.kochi.jp



上下水道休日当番

いの町上下水道組合

☎ 090-9555-6246



飼えなくなった
犬の収集日程

11月6日(月)・20日(月)

12月4日(月)・20日(水)

受付時間 8:30~9:30

- 伊野地区……役場本庁・各出張所
- 吾北地区……吾北総合支所
- 本川地区……本川総合支所

※吾北・本川地区の方は、処理手続きの都合上前日16時まで各総合支所に連絡をお願いします。

問い合わせ 環境課 ☎ 893-1160



休日当番医

※都合により当番医が変更となる場合があります。受診の前に電話でご確認ください。

11月

3(金)	さくら病院	893-5111
5(日)	関田病院	893-0047
12(日)	町田整形外科	891-6565
19(日)	西村整形外科	893-2455
23(木)	高岡内科	892-0296
26(日)	仁淀病院	893-1551

12月

3(日)	関田病院	893-0047
10(日)	宮内医 院	892-2555
17(日)	さくら病院	893-5111
23(土)	仁淀病院	893-1551
24(日)	田村外科	893-5712
31(日)	森木病院	893-0014

広報いの 2006年11月号【No.26】 2006年11月1日発行

編集 ■ いの町広報編集委員会

発行 ■ いの町 電話/088-893-1111(代)

印刷 ■ 高知印刷株式会社



今月の納税

固定資産税 4期

国保税・介護保険料(本算定) 7期



広報いのは古紙配合率100%再生紙を使用し、



大豆インクで印刷しています。