

**12/23** 日・祝 10:00~15:00 津市モーターボート競走場ツツキードーム

キッズダンスや、よさこい、ベリーダンスなど、「踊り」をテーマにしたフェスティバルに参加しませんか。

当日は、特別審査員としてにゃんこスターも来場し、お笑いライブも行います。

**定員** 抽選15組程度

**申し込み** Eメールでチーム名、参加人数、希望の発表時間、代表者の氏名・電話番号を事業推進課(☎224-5106@city.tsu.lg.jp)へ

**締め切り** 11月30日(金)

※参加者、来場者ともに入場料100円(20歳未満は無料)



にゃんこスター

## Tsu city RESTAURANT 津ぶっこでおいしいレシピ

### 茶ぎょうざ



#### 材料(1人分 203kcal)

##### <皮>

- A 強力粉・薄力粉…各10g  
伊勢茶粉末…2g  
油・水…少々

##### <具>

- B 豚ひき肉…20g  
酒・しょうゆ・だし汁…各5ml  
キャベツ…20g  
C にんにくの芽…4g  
ニラ…6g  
しょうが…2g  
田舎あられ…3g

塩・こしょう…少々  
揚げ油…適宜

#### 作り方

##### <皮>

- ① Aをボールに入れ、80度の湯を回しながら入れる。水分が全体にいきわたり、細かい塊ができるまで箸で素早くかき混ぜる。
- ② 生地全体が固まってきたら、油を入れて手でこねる。少量ずつ水を足しながら1つにまとめる。
- ③ 生地を濡れ布巾で包み、20分以上おく。

##### <具>

- ① ボールにBを入れてこね、粗くみじん切りにしたキャベツと、みじん切りにしたCを加えてさらにこねる。
- ② ①に粗く砕いた田舎あられを加え、塩・こしょうをする。
- ③ 具を皮に包み、180度の油でじっくり揚げる

おいしくてヘルシーなメニューが全10品！

### 津ぶっこレシピをご活用ください♪

久居農林高校生活デザイン科の生徒が考案し、小学校の給食献立にも活用されている「津の食材で美味しいレシピ」のレシピ集を、農林水産政策課(☎229-3172)などで配布しています。ぜひ津市の13品目の農林水産ブランド「津ぶっこ」を使った料理に挑戦してください！

