

WOODBOX 漆喰と無垢材の家
 土地建物(水戸市元吉田町) 随時ご予約ご案内 施工例はインスタをチェック!
 太陽光発電 7kW搭載 **2,018万円** (税込) #この家は結構私にお似合いだ
 国土建費/159.87㎡ 建物面積/76.00㎡ 坪外積及び所有権移転費用込み http://www.woodbox.jp
家づくりナイスホームズ
 ☎029-305-3688 www.nice-homes.co.jp

よみうり タウンニュース

【街の話題は編集室へ】 ☎(029) 221-6720 Eメール yt@yomiuri-town.co.jp
 【広告のお申し込みは】 ☎(029) 221-6825 Eメール adv@yomiuri-town.co.jp
 〒310-0805 水戸市中央 2-7-37 狩野ビル3階 ファクス (029) 227-7888
 (配布エリア) 県央=水戸・ひたちなか・笠間・大洗・東海・那珂・城里・茨城
 県北=日立・高萩・北茨城・常陸太田・常陸大宮・大子/鹿行=鹿嶋・神栖・潮来・行方・鉾田
 ホームページ <http://www.yomiuri-town.co.jp>
 ※掲載記事は、インターネットや当社が発行している媒体などに転載する場合があります。

毎週木曜発行・読売の地域情報紙 部数 218,000部
 発行/茨城北部読売会 No.1604 2018年 4月12日
 制作/(株)読売茨城タウンニュース社 (平成30年)



刻んだ干しイモとリンゴをあんにして、パイ生地で包んで焼いた。干しイモを切る際に出る切甲(せっこう)と呼ばれる端切れを有効活用しようと、ひたちなか商工会議所が考案。商品名は、「干しイモ」と「もっと欲しい」を合わせた。5個680円、箱入りの8個1080円~21個2700円がある。販売は、同店11店ほかで。賞味期限約30日。

■お菓子のきくち本店=ひたちなか市市毛975-7 ☎029-274-1713。午前9時~午後7時半(土日曜、祝日は午前8時半から)。無休。

1合分の炊きたてご飯に生卵2個を混ぜ、ワカメ、油揚げ入りの熱々のスープをかけた料理は、波崎柳川高校野球部が部活動中に食べる伝統の味。
 平日は、夜9時近くまで練習することもあるという同部。昼食だけでは腹へこなくなってしまいうため、元気に練習し、目標の甲子園出場をつかみとろうと、料理好きな海老原洋法監督(40)が補食として考案した。



味付けは、塩、ごま油、おろしニンニクを基本に、飽きが来ないように、鶏ガラスープのもと、みそ、しょうゆ、カレーなどでア

「腹が温まってほっとする。へくとへとなった体に力が湧きま」と、主将の中村淳毅君(17)。
 ◇
 調理担当は、同部マネージャーの五十嵐夢佳さん(17)。毎日炊く米は2升。「ご飯と卵をよく混ぜておくと、スープをかけたときに、ふわふわでおいしくなるんです。休憩時間に合わせて、出来立てを用意する。マネジャーは五十嵐さん1人。選手18人分の調理は大変だが、「苦しい練習を、みんなよく頑張っている。精いっぱいのエールを込めています」

甲子園目指し、平らげる

ちからめし①



ご飯と卵のスープがけ

神栖・県立波崎柳川高野球部

ピアノ 高価買取 実施中
査定無料
 ピアノをお使いにならない方、ピアノの処分にご困っている方、買取キャンペーン実施中。電話一本で簡単査定。
 運賃無料サービス中
ヤマハピアノプラザ
 0120-27-0411
 株式会社 クジタピアノ社

「うまいです」と中村主将(写真右上)、炊きたてご飯をよそう五十嵐さん(同左)、厳しい練習中、唯一笑顔が広がる補食の時間(同下)

