



須恵町自然食普及センター なちゅらす からのお知らせ

自然食普及センターなちゅらすでは、無添加・オーガニック商品を中心にカラダにやさしい商品を取り扱っています。

🐦 今月のおすすめ商品

- **あわせみそ**……原田食品製造所のあわせみそはすり味噌のため、揚げ物の下味や炒め物の味付けなど、みそ汁以外のいろいろな料理に使いやすい商品です。
- **あみえび**……無添加、無着色のあみえびです。炊き込みご飯や、かき揚げ、お好み焼きなど料理に使用したり、そのまま食べても美味しいです。



🐦 今月のおすすめ料理 ～みそ唐揚げ～

● 材 料

- 鶏もも肉 ……400g
- 揚げ油 …… 適量
- マヨネーズ …… 大3
- **A** みそ …… 大2
- 砂糖 …… 小2
- すりおろしにんにく …… 小1
- **B** 薄力粉 …… 大3
- 片栗粉 …… 大4

● 作り方

- ① ビニール袋に**A**を入れ合わせる。
- ② 鶏もも肉はひと口大に切る。
- ③ ①に②を入れ、もみ込んだら袋の口を結び、冷蔵庫で約20分置く。
- ④ ③に混ぜ合わせた**B**をまぶす。
- ⑤ フライパンに油を熱し、④をこんがりときつね色になるまで揚げる。
※揚げやすいため、火加減に気を付ける。



あみえびを使用した、おにぎりのレシピは「なちゅらす」に置いてあります

🐦 自然食普及センター なちゅらす 営業日・営業時間変更のお知らせ

4月1日(木)から **なちゅらす** の営業日・営業時間が変わりました!

営業日: 月曜～土曜

営業時間: 9時～16時30分

定休日: 日曜、祝日、お盆、年末年始

↑ しょうけ 越え	カルチャー センター	★ 地域活性化 センター	健康広場
	交番	ほたるの湯	
須恵町 役場	大島原交差点		アザレア ホール

アザレアホール予定表 (5月中旬～6月中旬)

5 月
予定なし
6 月
予定なし

※令和3年度生涯学習講座「まなビック」については、8月以降の開催を予定しています。詳細は改めてお知らせします。

問…問い合わせ先

【発行】福岡県須恵町 【編集】まちづくり課 【印刷・製本】株式会社三光
〒811-2193 福岡県糟屋郡須恵町大字須恵 771 ☎ 932-1151



見やすいユニバーサルデザイン
フォントを採用しています。

※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。