

# わか家の一品

## 「わか家の自慢! 豆料理コンテスト」応募作品

### えびしんじょう

今回の豆料理は、早川トシ子さん(草野)の「えびしんじょう」です。

「えびしんじょう」の作り方

【材料(4人分)】

・えび(中)…10尾 ・(殻をむいた)枝豆…30g ※殻付きで60g位です  
 ・酒 塩、砂糖、片栗粉、ゆず、パセリ…各少々

【あんかけ】

・水…10cc ・しょう油…少々 ・酒…少々 ・砂糖…少々 ・片栗粉…少々

- ①殻をむいたえびを包丁で細かく切りたたき、ねっとりさせる。
- ②枝豆は塩ゆでして豆を取り出す。
- ③たたいたえびと②の豆を加えて酒、塩、砂糖、片栗粉をそれぞれ少々ずつまぜ合わせ、丸く平らに形をつくる。
- ④形ができたら蒸し器で蒸す。
- ⑤小鍋などにあんかけの調味料を煮て、あんを作っておく。
- ⑥④が蒸しあがったら器に盛り、⑤のあんをかける。
- ⑦パセリとゆずの皮をせん切りにしたものを添えて出来上がり。

【献立の思い・家族の評判など】

- ・えびのように腰が曲がっても、「豆の筆者で」いつわりのない心で元気に暮らせたらと思っ作ってみました。
- ・えびのたんぱく質と豆のたんぱく質かとれてさっぱりとした感じで、ピンクと青の色がとてもきれいと言ってもらえました。



えびしんじょう



応募者の早川トシ子さん

### ご寄付ありがとうございました

いいたて福祉会に菅野吉雄さん(小宮)から金10万円、鈴木秀雄さん(草野)から金5万円、遠藤一男さん(宮内)から金5万円、社会福祉協議会に渡邊福男さん(前田・八和木)から金5万円、大久保稷さん(小宮)から金2万円、高橋松夫さん(前田・八和木)から金10万円、菅野吉雄さん(小宮)から金5万円、和田正裕さん(八木沢・芦原)から金5万円、庄司勝藏さん(白石)から金10万円、Aコープ飯館店からチャリティーセル売上金の一部1万8,699円、飯館ライオンズクラブ(渡邊俊郎会長)から「新春村民のつどい」でのチャリティーバザー売上金3万円、農村楽園基金に佐藤眞弘さん(二枚橋・須賀)から金50万円を寄付いただきました。ありがとうございました。

(1月24日現在)

### ひとのうごき

(平成17年1月1日現在)

| 人口  | 今月<br>(前月比)      | 昨年同期   |
|-----|------------------|--------|
| 男   | 3,373人<br>(-12人) | 3,438人 |
| 女   | 3,429人<br>(-17人) | 3,469人 |
| 計   | 6,802人<br>(-29人) | 6,907人 |
| 世帯数 | 1,862戸<br>(-8戸)  | 1,809戸 |

◆◆◆ 12月1日～31日までの人口動態 ◆◆◆  
 転入 3人 転出 25人  
 出生 5人 死亡 12人

(国勢調査に基づき増減された現住人口)

### 編集後記

その年の豊年や家内安全を祈願して行なわれる小正月の伝統行事「だんごさし」。だんごの木(ミズキ)に、練って丸めただんごや米の粉で出来た鯛や米俵、大判・小判などを飾り付けます。私も「新春村民のつどい」の会場内に飾る「だんごさし」をつくりました。「一年間元気に過ごせるように」と祈願しながらつくったものの、願いが弱かったのか、風邪に悩まされている今日この頃。