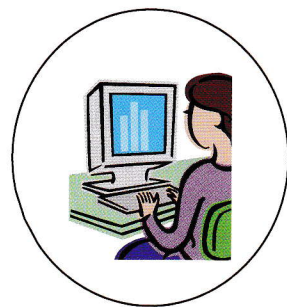


岐阜市議会での私の質問の様子が見られますよ  
岐阜市のホームページから入り、「岐阜市議会」  
「インターネット市議会中継」に進んでください

私が質問した日は6月14日(木)

食の安全が問題になっています

できる範囲で手作りの料理をつくと安心ですね。  
参考にしていただければと思います。



**【暑いときには酢豚を！】(4人分)**

**【材 料】**

豚肉(一口カツ用) 200g位  
ショウガ醤油 少々  
片栗粉 少々  
油 多め  
生シイタケ 2枚・・・1枚を4つに切る  
ピーマン 2コ・・・種とヘタを除き乱切り  
玉ねぎ  $\frac{1}{2}$ コ・・・くし型切り  
にんじん  $\frac{1}{4}$ 本・・・乱切りにしてゆでる  
パイナップル(缶詰) 2枚・・・一口大に切る  
A { スープ150cc  
(湯150cc+鶏がらスープの素 小さじ1)  
しょう油 大さじ $\frac{1}{2}$   
酢 大さじ2、砂糖 大さじ2  
ケチャップ 大さじ2  
片栗粉 大さじ1  
炒め用油 少々  
※豚肉は一口カツ用の代わりに豚切り落としを一口大にまとめて使うと安くできます！

**【作り方】**

- ① 豚肉は1切れを半分に切り、ショウガ醤油を少々かけ、片栗粉をはたいて、多めの油で両面しっかり焼く
- ② フライパンに油少々熱し、生シイタケ、ピーマン、玉ねぎを炒める
- ③ ②にあらかた熱が入ったら、豚肉、にんじん、パイナップルを入れ、炒め、Aを流し入れ、ひと煮立ちさせる

**【略 歴】** 昭和25年2月 岐阜市に生まれる 現・交通安全協会 加納西支部長  
徹明小・本荘中・加納高・中央大卒 元・陽南中PTA会長(平成6年度)  
岐阜市議会議員 現在7期目 元・加納消防団員(勤続28年間)  
会派名「岐阜市議会無所属クラブ」(議会運営委員会委員を担当中)

**【私のホームページ】** ⇒「田中まさよし岐阜」で検索してください。

**【メールアドレス】** ⇒tanaka@masayoshi-tanaka.com