

made in  
ながさきを  
食べよう!!

# お料理レシピ



## 桜ごはん



【1人分 275kcal】

### ◎作り方 .....

- 1 コメを洗い、Aに入れ30分ほど置く。
- 2 1を炊く。(圧力鍋で炊くとモチモチの食感に!)
- 3 桜の花の塩漬けをざるに入れ、流水ですすいで塩を軽く落とす。半分ほどを飾り用に分けておき、残りは刻んでおく。
- 4 3で刻んだ桜の花を、炊き上がったご飯に混ぜ、型に詰め、型から抜き、器に盛る。
- 5 3の飾り用の花をのせてできあがり。

#### ポイント!

「桜の花の塩漬けをすすぐとき、もみ洗いなどは×。風味や塩味が損なわれてしまいますよ」



金子君子さん

地元・琴海の食材を使った郷土料理の普及などに取り組んでいる金子君子さんによるレシピです。

金子さんは、地元食材が手に入る直売所「きんかい味彩市」にも出品されていて、地域行事にも出掛けて腕を振るっているそうですよ。

今回紹介する「桜ごはん」は、嬉しいことがあったときやお客様への「春のおもてなし」として、金子さんのお宅では定番料理とのこと。

目と舌で春を満喫したいですね。ぜひ、ご賞味ください!

### ..... 材料(4人分) .....

- ◎コメ...2合
- ◎桜の花の塩漬け...20g
- A:水...370cc、酒...30cc
- 昆布...1枚(10cm角)

### 四季彩館まつり「いなカフェ 春」

琴海でとれた野菜や果物を使ったメニューはいかが!春の訪れを感じられること間違いなしです。今回の「桜ごはん」も出品されますよ!(数に限りがあります)

【日時】4月19日(土)午前10時~午後3時

【場所】琴海四季彩館(長浦町)

〈問い合わせ〉◎水産農林政策課 食の推進係 ☎820-6562

## ちょこつと外国語講座

クルーズ客船の入港日、まちなかにはたくさんの外国人観光客が。

そんな皆さんをおもてなしするための簡単なあいさつなどを、英語・中国語・韓国語で紹介します。

今回は、日本語で「私が写真を撮影しましょうか」という言葉です。

外国人観光客も地元の人との出会いを楽しみにしています。勇気を出して声を掛けてみてください。きっと喜ばれますよ。

### 英語

シャル アイテイク ユア フォトグラフ フォーユー  
Shall I take your photograph for you?

### 中国語

ルアンウォー ゲイニ ジャオシアンバ  
让我给你照相吧。

### 韓国語

ジェガ (サジン) チッコドゥリルカヨ  
제가 (사진) 찍어 드릴까요?



港まち・長崎を訪れるクルーズ客船に会いに行こう。

## 汽笛が鳴る方へ

船名	寄港予定日時	場所	トン数	船籍
セレブリティ・ミレニアム	4/17(木) 10:00~18:00	松が枝	90,963	マルタ
カレドニアン・スカイ	4/26(土) 6:00~17:00	出島	4,200	バハマ
クリスタル・シンフォニー	4/26(土) 8:00~17:00	松が枝	51,044	バハマ
シルバー・シャドー	4/27(日) 8:00~18:00	松が枝	28,258	バハマ
サファイア・プリンセス	5/ 3(祝) 7:00~18:00	松が枝	115,875	バミューダ
ダイヤモンド・プリンセス	5/ 4(祝) 7:00~17:00	松が枝	115,875	バミューダ
カレドニアン・スカイ	5/ 6(休) 9:00~18:00	松が枝	4,200	バハマ
セレブリティ・ミレニアム	5/ 8(木) 7:00~16:00	松が枝	90,963	マルタ
はしひいっくびいなす	5/ 9(金) 10:00~20:00	松が枝	26,594	日本

日時などは変更になる場合があります。事前に観光推進課へお尋ねになるか、下囲みのホームページで。クルーズ客船の寄港中は、松が枝国際観光船ふ頭岸壁、出島岸壁への立ち入りはできません。フェイスブック(<http://www.facebook.com/nagasakiintl>)でも入港情報を発信中。

### おかえりなさい!

今年就航10周年を迎える「サファイア・プリンセス」と「ダイヤモンド・プリンセス」がゴールデンウィークに長崎に「里帰り」します。お出迎えに出掛けてみませんか!

〈問い合わせ〉◎観光推進課 ☎829-1314 クルーズ客船情報 ホームページ「クルーズながさき」で検索!