

made in
ながさきを
食べよう!!

お料理レシピ



ゆうこうクッキー



【(1枚)127kcal】

◎作り方

- バターは常温に戻し、やわらかくしておく。
- ゆうこうの皮は、一つまみ程度の量をおろし金でする。果実は、搾り器で20cc程度の果汁を搾る。
※余った果実はスライスするか搾って、紅茶に…まるやかな酸味が紅茶に合いますよ。クッキーと一緒に!
- ①に砂糖、溶いた卵黄を入れ、よく混ぜる。

- ③に薄力粉を入れ、さくさくと切るようによく混ぜる。
- ④に②を入れ、混ぜる。
- ⑤でできた生地を2~3mmの厚さで、お好みの形に成形し(型抜きを使ってもいいですよ)、天板に並べて170°Cのオーブンで15分焼くとでき上がり。
※オーブンによっては時間調整が必要です。

「ゆうこう」豆知識

土井首地区と外海地区に100本ほどの自生樹が確認された「ゆうこう」。ユズやカボスの仲間で、まるやかな酸味と、さわやかな香りが特徴です。ゆうこうには「ヘスペリジン」などが多く含まれ、肝臓などの中性脂肪濃

度を低下させる効果があるといわれています。

市内では、びわっちファーム「太陽の郷」、JA長崎せいかふれあい市新大工店、道の駅夕陽が丘そとめ、みさき駅さんわなどで販売されています。

今月2月までが旬です。事前に直売店にお問い合わせから行かれることをおすすめします!

〈問い合わせ〉 ◎ながさきの食推進室 ☎820-6568

ちよこつと外国語講座

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「こちらへどうぞ」という言葉です。

英語 プリーズ フォロー ミー
Please follow me.

中国語 ジエイビエン チン
这边 请。

韓国語 イチョップゴ オセヨ
이쪽으로 오세요



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

①入港予定スケジュール

船名	寄港予定日時	場所	トン数	船籍
ボイジャー	2/9(日) 7:30~18:00	松が枝	15,396	バハマ
クリスタル・セレニティ	2/15(土) 8:00~18:00	松が枝	68,870	バハマ

日時などは変更になる場合があります。事前にアジア戦略室へお尋ねになるか、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への立ち入りはできません。フェイスブック(<https://www.facebook.com/nagasakiinti>)でも入港情報を発信中。

Nagasaki welcomes you!
(ようこそ長崎へ)

入港する時や出港する時は、龍踊りなどで長崎らしく出迎えたり見送ったりしています。

あなたも出迎えやお見送りに出掛けでみませんか。



〈問い合わせ〉 ◎アジア戦略室 ☎829-1414 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!