

made in
ながさきを
食べよう!!

お料理 レシピ



いちごジンジャージャム



【180gあたり697kcal】

今回は“ながさき味の匠”である「峰工房」峰千晴さんの、旬のいちごを使ったレシピです。ショウガのキリッとした香りと風味がいちごの甘味・酸味を引きだてます!

峰さんは自家栽培した野菜や果物を使ってシフォンケーキなどのスイーツを作っています。食育にも取り組まれていて、楽しみながら食材などを学ぶ親子向けの料理教室も! 峰さんの絶品スイーツは「びわっちファーム太陽の郷」(弥生町)のほか「峰工房」のホームページで購入することができますよ。

●●●●● 材料(180g分) ●●●●●

- ◎いちご…300g
- ◎グラニュー糖…150g
- ◎レモン汁…レモン1個分
- ◎ショウガ(皮をむき、すり下ろしたもの)…15g

◎作り方

- 1 いちごは洗ってヘタを取り、半分のいちごはつぶし、残りのいちごは1/2の大きさに切る。
- 2 1とグラニュー糖を鍋に入れ、火にかけて後、レモン汁を入れる。
- 3 あくを取りながら、2を煮詰めていく。
- 4 10分ほどたったら、3にショウガを入れ、混ぜる。
- 5 とろみが出るまで煮詰めたら出来上がり。

オススメ!

甘み(グラニュー糖の量)や辛み(ショウガの量)はお好みで調節してください。パンやスコーンにつけるほか、紅茶やヨーグルトに入れてもGood! いつものカレーにこのジャムを入れれば、お子さま用の甘口カレーに大変身です!



峰千晴さん

いいことづくめの「長崎いちご」

年間を通じて温暖な気候と、恵まれた日照の長崎は、いちご栽培に適した環境。そんな長崎で作られた甘みと酸味のバランスが絶妙の新品種が“ゆめのか”!



鮮やかな赤色でつやつやした見た目は魅力的。平均20g前後の大きな果実は食べ応えも抜群です。ビタミンCやクエン酸を豊富に含んでいるので疲労回復や風邪の予防効果も期待されます。

《問い合わせ》◎水産農林政策課 食の推進係 ☎820-6562 市ホームページやツイッターでも、長崎の美味しい情報を発信中!

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「荷物をお持ちしましょうか?」という言葉です。

英語

メイ アイテイク ユア バッグズ?
May I take your bags?

中国語

パン ニン ナ シンリマ?
帮您拿行李吗?

韓国語

チム トゥロドゥリルカヨ?
짐 들어드릴까요?



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

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
ヘナ	12/23(祝) 9:00~19:00	松が枝	47,678	マルタ
ヘナ	1/7(水) 9:00~18:00	松が枝	47,678	マルタ
ミネルバ	1/12(祝) 7:00~17:00	松が枝	12,449	パハマ

日時などは変更になる場合があります。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。

A Happy New Year and Nagasaki welcomes you!

入港する時は、ブラスバンドの演奏や龍踊などで長崎らしく出迎えるイベントを開催しています。あなたも出掛けてみませんか! 新しい年も、多くの客船や旅人たちとお会いしたいですね。



《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!