



野菜が不足するお正月におすすめです。

切干大根のからし しょうゆ和え

※一人分あたり

20
Kcal

塩分
0.75g

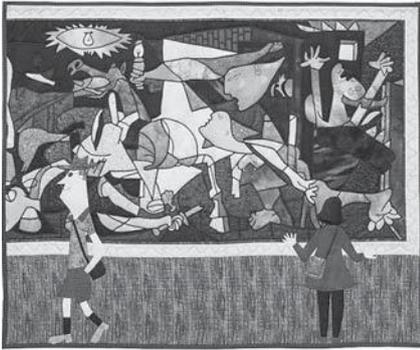
切干大根は、生の大根を乾燥することで栄養価が凝縮されています。カルシウム、カリウム、鉄分、ビタミンなどの栄養を含んでいます。



(材料)	(4人分)	
切干大根	20g	【たれ】
しょうゆ	小さじ1	しょうゆ
ホウレンソウ	120g	小さじ2
ニンジン	40g	からし 適量
生シイタケ	40g	砂糖 小さじ1

【作り方】

- ① 切干大根は湯通ししてから水気を切り、食べやすい長さに切ってしょうゆをかけておく。
- ② ホウレンソウはサッとゆでて色鮮やかに仕上げ、3cmの長さに切る。
- ③ ニンジンはホウレンソウと同じくらいの長さのせん切りにし、サッとゆでておく。
- ④ 生シイタケは焼いて、せん切りにする。
- ⑤ ボウルにしょうゆ・からし・砂糖を合わせる。
- ⑥ ④に切干大根・ホウレンソウ・ニンジン・シイタケを入れ、和える。



内藤和美「ゲルニカに会いたくて」(2004年)

2004年に制作した「ゲルニカに会いたくて」が家庭画報大賞(世界文化社主催)の審査員特別賞を受賞すると一躍注目を集めました。現在、多くの仲間と楽しみながら古布でつくるキルトの普及に励んでいます。

美術館では1月から、市内在住のキルト作家内藤和美さんと仲間の「手仕事」を紹介します。子どもの頃から「手仕事」が大好きだった内藤さん。成長してから刺繍や編み物に取り組み、やがて古布をつかったキルト作品を発表するようになりました。



「内藤和美 仲間と夢見るキルトの世界」

1月11日から4月6日まで企画展を開催

安来市加納美術館だより 電話36-0880

今回の展示では、会期中に一部作品を入れ替えて、喜びとともに制作に励む姿をご覧いただけます。

《会期》1月11日(土)～4月6日(月)
 (前期) 2月17日(月)の15時まで
 ・後期) 2月19日(水)～4月6日(月) 毎週火曜日休館。

作家によるギャラリートーク

▼1月11日(土)、2月2日(日)・・・全て13時30分～15時

▼内藤和美さんがご自身と仲間の作品について楽しく解説します(要入場料)。

作家によるワークショップ

「おしゃれなポーチ作り」

▼2月2日(日)10時～12時

▼内藤和美さんと一緒にかわいらしいポーチを作ってみませんか。初めての人でも楽しく作れます(要事前予約)。参加料1000円、定員20人

【冬期休館のお知らせ】12月24日(火)から1月10日(金)まで休館します。