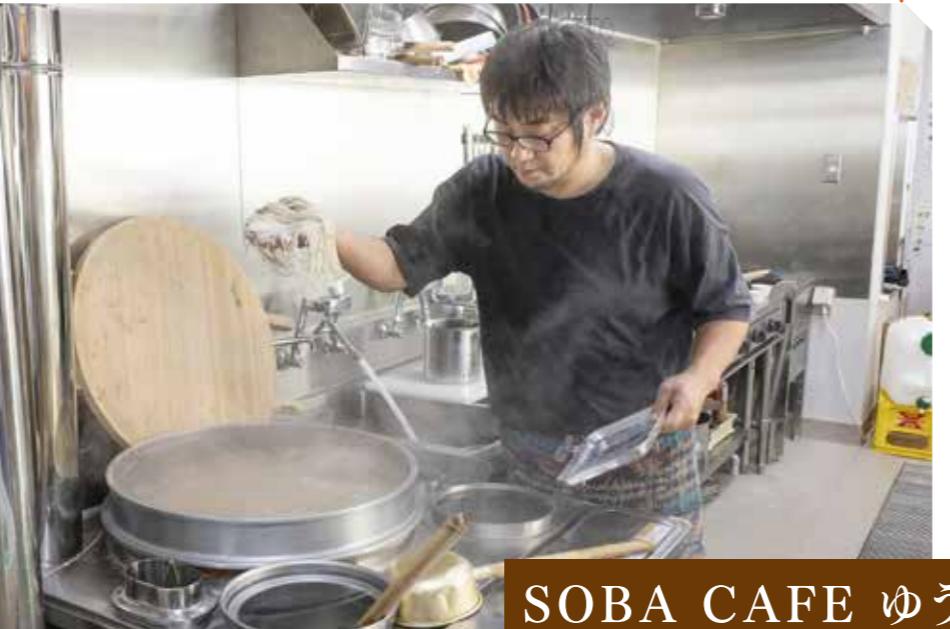




私たちのは グッドパートナード!!



SOBA CAFE ゆうひ

約40秒の内で時間を見極めて手際よくそばをゆで上げる。



「ガスで調理した料理っておいしいですね。熟効率がいいからでしょうか」と話す柏崎さんと河野理事長。



「日本夕陽百選」に認定された真玉海岸を眺めながらゆっくり食事が楽しめる。

SOBA CAFE ゆうひ

所 豊後高田白野5125
0978-25-7888
営 11:00~19:00(季節によって変動あり)
休 火曜、第2・4水曜
回 20台
<https://www.instagram.com/sobacafeyuhi/>
カード使用/不可

ざるそば 950円



旨いそばと美しい夕陽のコラボ
「ガスは私たちのよき相棒です」

豊後高田市の真玉海岸にある『SOBA CAFE ゆうひ』は地産地消を信条とするカフェ。10年ほど前から豈後高田産のそば粉を使った手打ちそばを提供している。今春、観光交流拠点施設『真玉海岸恋叶♡ゆうひテラス』が開業したのに伴い、その1階でリニューアルオープンした。広い窓から海を眺めながら、手打ちそばのほか地魚を使った料理やスイーツが味わえる。店主の柏崎敏行さんが毎日打つ九割そばはツルリとしたのど越しが人気。そばつゆも丁寧に作られる。

「日本夕陽百選」に認定された真玉海岸を眺めながらゆっくり食事が楽しめる。

店主の柏崎敏行さんが毎日打つ九割そばはツルリとしたのど越しが人気。そばつゆも丁寧に作られる。

「日本夕陽百選」に認定された真玉海岸を眺めながらゆっくり食事が楽しめる。

SOBA CAFE ゆうひ

所 豊後高田白野5125
0978-25-7888
営 11:00~19:00(季節によって変動あり)
休 火曜、第2・4水曜
回 20台
<https://www.instagram.com/sobacafeyuhi/>
カード使用/不可



子ども達の未来に炎の文化を伝えよう
LPガス販売店

エコズキンちゃん

PR

一般社団法人 大分県LPガス協会
〒870-0901 大分市西新地1-9-5
TEL.097-558-5483

Si センサーがスコソロ de

温度調節機能

揚げてないからヘルシー!!
かぼちゃとさつまいもの
焼きコロッケ



材料
(作りやすい
分量)

さつまいも…150g カボチャ…150g 玉ねぎ…60g
ベーコン(薄切り)…3枚 パセリ(みじん切り)…大さじ1と1/2
オリーブ油…適宜 塩、こしょう…少々 牛乳…適宜
溶き卵…適量 パン粉…適量 小麦粉…適宜
A あんずジャム…大さじ2 レモン汁…大さじ1/2

① さつまいも、カボチャは皮をとごろごろむいて約2cm角に切り、鍋に入れて竹串がスッと通るくらいまで茹で水を切ってマッシュする。

② ベーコンは5mm幅に切る。玉ねぎは薄切り。Aのジャムは果肉が残っていれば細かく刻み、レモン汁と一緒に混ぜ合わせソースを作る。

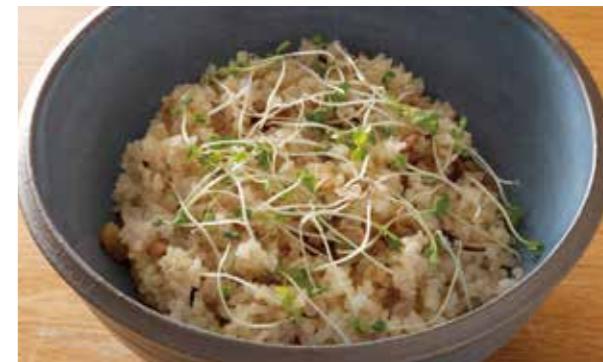
③ フライパンに②のベーコンを入れ、炒め、脂が出てきたらオリーブ油小さじ1を加え、ベーコン、玉ねぎを加えしんなりなるまで炒める。

④ ①と③をひとつのボウルに入れ混ぜ、パセリ、塩、こしょうを加え混ぜてひと塊にする。堅くて割れてしまうようなら、牛乳大さじ1~2を加えてまとめて、小麦粉をふったまな板に取り出して、直径15cm、厚さ2.5cmほどの円形に整える。

⑤ ④に溶き卵、パン粉をつけ、片面に浅く十字の切り目を入れる。フライパンにオリーブ油大さじ1/2を入れ、160度に設定し切り目を下に焼く。軽く色づいたら丁寧に裏返し、オリーブ油大さじ1/2を鍋肌から回し入れ、反対側も焼けたら器に盛り、②のソースを添える。

炊飯容器

きのこの旨味と
くるみの香ばしさがマッチ!!
きのこの洋風ピラフ
くるみ風味



材料
(4人分)

米…3合 シメジ…1パック しいたけ…3個
エリンギ…大1本 バター…大さじ2と1/2
水…540ml コンソメの素…1個
塩…小さじ1と1/3 くるみ…40g スプラウト…適量

① 米は1時間ほど前に研いでザルに上げ乾かす。



② きのこ類は食べやすい大きさにそれぞれ切り、くるみはホイルにのせて両面焼きグリルで1分~2分、焦がさないようにあぶり粗みじん切りにする。



③ 炊飯鍋に大さじ2のバターを熱して米を炒め、透き通ってきたらきのこ類を入れて炒め合わせる。水を加えて、塩、コンソメの素を碎き入れ自動炊飯で炊く。



④ 炊き上がったくるみを入れ混ぜ、バター大さじ1/2を落として混ぜ合わせ器に盛ってスプラウトを散らす。

