

## ふくいの美味しい食材

### 焼き鯖



大野の「半夏生(はんげしょう)鯖」や、若狭の「浜焼き鯖」など、県内には、7月初旬の「半夏生」に、丸焼きにした鯖を食べる習慣があります。血液をサラサラにする作用のあるDHAやEPAが豊富な鯖。半夏生鯖は、江戸時代、大野藩主が田植えに疲れた農民を思いやり、越前海岸で捕れた鯖を丸焼きにして食べさせたのが始まりとされています。

### かんたん レシピ 焼き鯖キムチ生春巻き

焼き鯖の存在感バツゲン!

#### 材 料

- 生春巻きの皮…………… 5枚  
 焼き鯖…………… 半身程度  
 キムチ…………… 50グラム  
 お好みの野菜(大根、きゅうりなど)…適量  
 (5本分・調理時間約15分)

#### 作 り 方

- ① 生春巻きの皮を水に濡らし、濡らしたふきんの上に置く。
- ② 粗くほぐした焼き鯖、キムチ、お好みの野菜を手前にのせる。
- ③ 締めながら一回巻き、生春巻きの皮の左右を内側に折りたたんだ後、最後まで巻き込んで完成!



レシピ提供：郷土料理研究家 佐々木京美さん

## 県政広報ふくい アンケート

アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で、

### 「しらやま西瓜(1玉)」

を7名様にプレゼントします。

越前市白山(しらやま)地区で栽培されている、地元でも入手困難な全国トップクラスの品質を誇るスイカです。



**応募締切** 平成29年 **7月22日(土)** **お忘れなく**

**応募方法** アンケートの回答と**住所・氏名・年齢・性別・電話番号**を必ず記入の上、郵便はがきまたは県のホームページでご応募ください。(お一人1通まで)

※6月1日に郵便料金が値上がりしました。ご注意ください。  
 ※賞品の発送をもって当選発表に代えさせていただきます。  
 賞品は8月中旬に発送する予定です。

Q1.県政広報ふくいをお読みになったご感想を教えてください。

①内容について

- 1.大変良い 2.良い 3.普通  
 4.あまり良くない 5.良くない

②良かった記事など(複数回答可)

- 1.表紙 2.特集  
 3.県政HOT NEWS 4.各地の催し  
 5.ふくいインフォ 6.はぴりゅう通信  
 7.食の國ふくい

Q2.県政広報ふくいへのご意見・ご感想や、今後取り上げてほしいテーマ等がありましたらご記入ください。  
 (自由記述)

**応募先** 〒910-8580 県広報課 県政広報ふくい (住所は記載不要) ホームページは

## 県政情報をお届けしています

#### 新聞

●福井県からのお知らせ/新聞各紙…毎月1・15日掲載  
 暮らしの情報(子育て・福祉・就職など)や企業向け情報を紹介

#### ラジオ

- ふくい元気通信  
 FBCラジオ/月、水、金曜日 午前10:20~10:30頃  
 第3、5土曜日 午前10:35~10:40頃
- FM県政スポット  
 FM福井/金曜日 午前8:45~8:53頃

#### テレビ

- おはようふくいセブン  
 FBCテレビ/日曜日 午前7:00~7:30
- まちかど県政  
 福井テレビ/日曜日 午前11:45~11:50  
 FBCテレビ/日曜日 午後 4:55~ 5:00
- ほっとふくい  
 福井テレビ/第1、3土曜日 午後5:00~5:15
- NHK地上デジタルのデータ放送

#### 点字・音訳

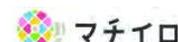
●ふれあい県政だより 年12回発行

#### SNS・ユー・チューブ 随時更新

- フェイスブック「ほやほや!ふくい」(県内向け)  
 「おいでよ!ふくい」(県外向け)  
 「Experience\_fukui」(海外向け)
- インスタグラム「insta\_fukui」(県外向け)  
 「experience\_fukui」(海外向け)
- ユー・チューブ「おいでよ!ふくい」(県外向け)  
 「Experience\_fukui」(海外向け)

#### [編集後記]

新しく通勤用のスニーカーを購入し、運動不足解消の第一歩を踏み出しました。足元が軽くなり、気分も高揚。取材先で歩く機会も多いので、スニーカーだととても楽です。みなさんも「スニーカービズ」を始めてくださいね。



「県政広報ふくい」をスマートフォンにお届け

