



ハピネス  
クッキング

# ふくいの恵みをいただく

## 福井生まれ福井育ちのブランド魚

ふくいサーモンとは福井の海で養殖されたニジマスのこと。程よく上質な脂と濃厚な旨み、臭みのないもちりとした肉質が特徴です。ニジマスは低い水温で育つため、福井の海の低水温環境を生かした養殖を2016年から始めています。今後は養殖生産量を拡大し、県内外への販売を促進します。

### 魚屋おすすめレシピ

## 🍴 サーモンのクリームパスタ 🍴

プリプリのサーモンがごろごろ入った濃厚なクリームパスタを紹介します。味噌を入れて和風仕立てにするとところがポイントです。



### 【材料】

パスタ……………	2人分	小麦粉 ……	大さじ4
サーモン……………	4切れ	牛乳 ……	400ml
たまねぎ ……	1/2個	顆粒和風だし	大さじ1
ほうれん草 ……	3束	味噌 ……	大さじ1
しいたけ ……	4個	塩・こしょう ……	適量
バター……………	30g		

(2人分・調理時間約20分)

### 【作り方】

- ① パスタは水に一晩つけておく。
- ② サーモンは塩・こしょう(分量外)で下味をつけ、大きめのぶつ切りにする。たまねぎは5mm幅の細切りに、ほうれん草は5cm幅、しいたけは2cm幅に切っておく。
- ③ フライパンで②を炒める。しんなりしてきたら端に寄せ、バター、小麦粉を入れて20秒ほど炒める。
- ④ 牛乳、顆粒和風だし、味噌を入れてとろみをつける。
- ⑤ ①を茹でてソースを絡め、塩・こしょうで味を整えたら完成!

ふくいサーモン



6  
名様

## 読者プレゼント 冷凍ふくいサーモン フィレ 1枚(約600g)

Q1 NEWSふくいをお読みになった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①(北陸新幹線)  
3.特集②(新型コロナウイルス感染症対策)  
4.Next Stage 5.ふくいインフォ  
6.ハピネスクッキング

Q2 NEWSふくい今後取り上げてほしい県政のテーマを教えてください。(自由記述)

Q3 NEWSふくいへのご意見をお願いします。(自由記述)

アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で6名様にプレゼントします。

応募締切 令和2年 5月23日(土)

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)

※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6月中に発送する予定です。

応募先 〒910-8580 (住所は記載不要)  
県広報広聴課 NEWSふくい  
ホームページでの応募はこちらから



フェイスブック「ほやほや福井(福井県広報広聴課)」はこちらから→  
新型コロナウイルスに関する情報や県政のトピックスなどをお知らせしています。



「NEWSふくい」をスマートフォンにお届け

