



ハピネス  
クッキング

# ふくいの恵みをいただく

## 冬の味覚の王者 越前がに

100年以上にわたり福井県から皇室に献上されている「越前がに」。重さや大きさなど一定の基準を満たした最上級のを「越前がに極(きわみ)」として認定し、ブランド力強化を進めています。また、2018年には、「地理的表示(GI)保護制度」に登録されました。GIとは、国が地域の農林水産物・食品をブランドとして保護する制度で、かにの中では全国初の登録となります。



越前がに

## おすすめレシピ せいこがにの炊き込みご飯

かにの風味と内子の濃厚な味わいが絶品！  
贅沢で旬な炊き込みご飯です。



### 《材料4人分・調理時間約45分》

- 米 …………… 3合
- だし昆布 …………… 少々
- せいこがに …………… 3~4杯
- 薄口醤油 …… 大さじ2
- みりん …………… 大さじ1
- ★酒 …………… 大さじ1
- 塩 …………… 小さじ1
- 砂糖 …………… 小さじ1
- みつ葉 …………… 少々

### 《作り方》

- ① 米を洗ってだし昆布を入れ、30分程水に浸しておく。
- ② せいこがにの脚、内子、外子の身を取り出す。
- ③ ①の中に★を加え、かにのむき殻を上に乗せて炊く。
- ④ 炊きあがったらすぐに、かにのむき殻を取り出し②を入れ、10分程蒸らす。
- ⑤ 茶碗に盛り、仕上げにみつ葉を乗せたら完成!

## 読者プレゼント 水がに(6肩程度)



5  
名様

アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で5名様にプレゼントします。

**応募締切** 令和3年 1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。賞品は令和3年2月中に発送する予定です。

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



### Q1 NEWS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①(SDGs)
3. 特集②(新型コロナウイルス感染防止対策)
4. ふくいインフォ
5. ハピネスクッキング

### Q2 NEWSふくいの入手方法を教えてください。

1. 新聞折り込み
2. コンビニ・スーパー
3. インターネット
4. その他(自由記述)

### Q3 NEWSふくいで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)

### Q4 NEWSふくいへのご意見をお願いします。(自由記述)

フェイスブック「ほやほや福井(福井県広報聴課)」はこちらから  
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



マチイロ