



おすすめレシピ

ヨーグルトケーキ



ヨーグルトを使った手軽に作れるケーキです。季節の果物で色々と試してみてください。

佐藤 春枝さん (中畑西)

【材料】

《土台》グラハムクラッカー（5cm程度のもの20枚くらい）、マーガリン大さじ2杯
《ヨーグルトクリーム》粉ゼラチン10g、生クリーム200cc、砂糖50～100g、プレーンヨーグルト1カップ、ラムレーズン少々

【作り方】

①クラッカーをポリ袋に入れて砕き、マーガリンを入れてしとらせる。

- ②器（ケーキの型でも、タッパーでもよい）に、器より大きめにラップを敷く。その上に、①を置き、スプーンの背で均等に敷く。
- ③ゼラチンを同量の水でしとらせ、湯せんにかけて溶かす。
- ④生クリームに砂糖を入れ、泡立て器で200回くらいかき混ぜる。そこへ、ヨーグルト、ゼラチン、ラムレーズンを加えて混ぜ、ラップを敷いた型へ流し込む。
- ⑤冷蔵庫に入れ、ヨーグルトクリームが固まったらできあがり。



我が家のアイドル



服部 ^{ここは}心葉ちゃん(左)・^{つきは}月葉ちゃん(右)(2歳9カ月)
父・裕智さん/母・美和さん(富士見原)
比奈お姉ちゃん、楊平お兄ちゃんといつも喧嘩ばかり。でも、4人一緒が1番だよね♪



勝間田 ^{めい}芽ちゃん(左)(1歳2カ月)
父・健一さん/母・ゆみ子さん(保土沢)
舞お姉ちゃんを手こずらせるほどのおてんば娘。2人のおかげで我が家は笑顔がいっぱいです。

市の人口

10月1日現在 合計 90,270人 (前月比△140人) 男 46,224人 女 44,046人
(外国人登録を含む) 世帯数 34,954世帯 (前月比△131世帯)

障がいのある人のための、カセットテープと点字による「広報ごてんば」もあります。問い合わせ/社会福祉課 ☎ (82) 4238

この広報紙は、再生紙を使用しています。