

ラーチのシェフお勧め
ニジマス料理簡単レシピ
『ラーチ風ニジマスの石焼きビビンバ』

ナムルに虹マスと目玉焼きを加えてみました。

材料・2人分
ニジマス・・・・・・・・・・・・・・・・・・300g
白煎りごま・・・・・・・・・・・・・・・・大さじ2
サラダ油・ごま油・塩・・・・・・・・各適量
卵（目玉焼き用）・・・・・・・・・・2個
ご飯・・・・・・・・・・・・・・・・・・適量
ナムル（ほうれん草・もやし・ぜんまい）各100g
（にんじんのナムル）
人参（ごく細切り）・・・・・・・・・・100g
甘酢（水200cc、米酢100cc、グラニュー糖大さじ3、
塩小さじ1/2）・・・・・・・・・・塩少量



ニジマスを一口大の長さに切り、石鍋を火にかけて熱々に熱し、胡麻油でニジマスを炒め、火が通ったら鍋を火からはずし、ニジマスの上にご飯を盛る。
フライパンを熱してサラダ油をひき、目玉焼きを作る。
ご飯の上にナムル4種、白ごま、目玉焼きを順にのせ、出来上がり。

ここで紹介した料理は、今月のログホテルラーチのランチタイムのセットメニューの中で味わえます。

ニジマス販売についてのお問い合わせ 役場産業課（商工観光係） 52 2178

寄附・寄贈

次の方々から寄附・寄贈がありました。皆さんのご厚志に対し紙上をもって厚くお礼申し上げます。

南富良野町へ

滝川市「緑とエコ」サポーター
ネット会長佐々木國春様より森
林整備事業に活用する寄付とし
て 十五万円



社会福祉協議会へ

金山 川井厚子様より社会福祉
協議会の運営に活用する寄附と
して 三万円
幾寅 幾寅工友会納税貯蓄組合
様より社会福祉協議会の運営に
活用する寄附として

一三、五二五円
札幌市 平山太次様より社会福
祉協議会の運営に活用する寄附
として 二万円

- 一味園からまつ園・こざくら園へ
- 幾寅 婦人会 様
- 南富良野町商工会青年部 様
- エコープ旭川南ふらの店 様
- 北落合神社祭典実行委員会 様
- 幾寅 石川 恵美子 様
- 幾寅 伊藤 和夫 様
- 幾寅 岩井 涼子 様
- 幾寅 佐藤 カツ子 様
- 下金山 大木 トシ子 様
- 占冠村 鳥畑 雄一 様
- 富良野市 内海 義博 様
- 富良野市 辰巳 貞子 様
- 富良野市 那須 洋子 様
- 富良野市 森川 ユリ子 様
- 富良野市 ラッキーズ富良野 様
- 中富良野町 原田 慎二 様
- 東川町 鈴木 静江 様
- 旭川市 小森 貞子 様
- 旭川市 旭川福祉専門学校 様
- 帯広市 帯広大谷短期大学 様
- 更別村 阿部 俊夫 様
- 浦幌町 大野 八重子 様
- 北見市 寺崎 ナカヨ 様
- 赤平市 柴田 一男 様
- 札幌市 石田 美知子 様
- 札幌市 澄江 様